

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR
ANAK KELOMPOK B MELALUI SENAM IRAMA DI TK ABA
SUNGAPAN TIRTORAHAYU GALUR KULON PROGO**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



**Oleh:
Pahlita Ratri Ramadhani
NIM 14111244019**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

ABSTRAK

Oleh:

Pahlita Ratri Ramadhani
14111244019

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK KELOMPOK B MELALUI SENAM IRAMA DI TK ABA SUNGAPAN TIRTORAHAYU GALUR KULON PROGO

Penelitian Tindakan Kelas, Yogyakarta, Fakultas Ilmu Pendidikan, 2018

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama di TK ABA Sungapan, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo. Penelitian dilatarbelakangi oleh keterampilan motorik kasar anak yang belum berkembang dengan baik karena anak belum menunjukkan gerakan tubuh secara terkoordinasi sesuai dengan STPPA usia 5-6 tahun.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian tindakan kolaboratif dan dilakukan dalam dua siklus. Masing-masing siklus terdiri dari empat tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah 13 anak yang terdiri dari 8 anak laki-laki dan 5 anak perempuan. Teknik pengumpulan menggunakan teknik observasi dan dokumentasi. Instrumen pengumpulan data berupa lembar observasi berbentuk *checklist* dan dokumentasi berupa gambar dan video. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif dan kuantitatif. Penelitian dikatakan berhasil apabila sudah mencapai kriteria keberhasilan dengan rata-rata sebesar 76%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan motorik kasar anak saat Pratindakan sebesar 27,57% dengan kriteria sedang, di Siklus I meningkat menjadi 51,64% dengan kriteria tinggi, dan di Siklus II menjadi 77,68% dengan kriteria sangat tinggi. Jadi, dapat disimpulkan bahwa melalui senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Pemberian *reward* dan dorongan positif kepada anak juga dapat mempengaruhi tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak. Pemilihan musik sebagai pengiring senam irama yang menarik dapat menjadikan anak lebih bersemangat saat melakukan kegiatan senam irama. Penelitian dihentikan pada Siklus II karena sudah mencapai kriteria keberhasilan.

Kata kunci: *keterampilan motorik kasar, senam irama, anak Kelompok B*

ABSTRACT

By:

Pahlita Ratri Ramadhani
14111244019

THE EFFORTS TO INCREASES CHILDREN'S GROSS MOTOR SKILLS THROUGH RHYTHM GYMNASTICS AT GROUP B IN TK ABA SUNGAPAN TIRTORAHAYU GALUR KULON PROGO

Classroom Action Research, Yogyakarta, Faculty of Science Education, 2018

The aim of this research was to improve the gross motor skills of group B through rhythmic gymnastics in ABA Sungapan TK, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo. Research is motivated by rough motor skills of children who have not developed properly because the child has not shown coordinated body movements in accordance with STPPA aged 5-6 years.

This type of research was a collaborative action study and is conducted in two cycles. Each cycle consists of four stages: planning, action, observation, and reflection. Subjects were 13 children consisting of 8 boys and 5 girls. Collection techniques using observation and documentation techniques. Instrument of data collection in the form of observation sheet in the form of checklist and documentation in the form of picture and video. Data analysis technique used is qualitative and quantitative analysis. The research is said to be successful when it reached the success criteria with an average of 76%.

The result of the research showed that the gross motor skills of the child during Pratindakan is 27.57% with medium criteria, in the first cycle increased to 51.64% with high criteria, and in Cycle II to 77.68% with very high criteria. So, it can be concluded that through rhythmic gymnastics can improve the abusive motor skills of children. Giving rewards and positive encouragement to the child can also affected the level of achievement of gross motor development of children. The selection of music as an interesting companion gymnastics can make children more excited when doing rhythmic gymnastics. Research was stopped in Cycle II because it has reached the criteria of success.

Key words: *gross motor, Rhythm Gymnastics, Group B Children*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pahlita Ratri Ramadhani

NIM : 14111244019

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Judul TAS : Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak
Kelompok B Melalui Senam Irama Di TK ABA Sungapan
Tirtorahayu Galur Kulon Progo

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti data penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 20 Maret 2018

Yang menyatakan,



Pahlita Ratri Ramadhani
14111244019

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR
ANAK KELOMPOK B MELALUI SENAM IRAMA DI TK ABA
SUNGAPAN TIRTORAHAYU GALUR KULON PROGO**

Disusun oleh:

Pahlita Ratri Ramadhani
NIM 14111244019

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Skripsi bagi yang
bersangkutan.




Yogyakarta, 20 Maret 2018

Mengetahui,
Ketua Jurusan PAUD


Joko Pamungkas, M.Pd
NIP. 19770821 200501 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing


Nur Cholimah, M.Pd
NIP. 1977071 200912 2 002

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi




UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK KELOMPOK B MELALUI SENAM IRAMA DI TK ABA SUNGAPAN TIRTORAHAYU GALUR KULON PROGO

Disusun oleh:

Pahlita Ratri Ramadhani
NIM 14111244019

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 4 April 2018

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nur Cholimah, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		12-4-2018
Arumi Savitri Fatimaningrum, S.Psi, M.A. Sekretaris		10-4-2018
Banu Setyo Adi, M.Pd. Penguji		13-4-2018

Yogyakarta, 19 APR 2018

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Dr. Haryanto, M.Pd.
NIP. 19600902 198702 1 001

HALAMAN MOTTO

Keterampilan motorik anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik, kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh, kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik.

(Sumantri)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Sepenuh hati saya persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua dan segenap keluarga besar yang selalu mendukung saya
2. Almamaterku, Universitas Negeri Yogyakarta
3. Agama, Nusa, dan Negara

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga Tugas Akhir Skripsi dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B Melalui Senam Irama di TK ABA Sungapan Tirtorahayu Galur Kuon Progo” dapat disusun sesuai dengan harapan.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan skripsi ini berkat adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih atas kerjasama dan bantuannya kepada yang terhormat:

1. Kedua orang tua saya yang sudah memberikan dukungan baik dukungan material maupun nonmaterial selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
2. Ibu Endang Sri Wahyuni, S.Pd., selaku Kepala Sekolah TK ABA Sungapan dan Ibu Mu'inah, S.Pd., selaku guru kelas TK ABA Sungapan yang telah memberikan izin, bantuan, dan dukungan dalam pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Banu Setyo Adi, M.Pd. selaku Dosen Penguji Utama, Ibu Arumi Savitri Fatimaningrum, S.Psi., M.A. selaku Sekretaris, Ibu Nur Cholimah, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, koreksi perbaikan, dan bimbingan selama menyusun Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak dan Ibu Staff serta pegawai Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah banyak membantu selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
5. Ketua Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini dan Ketua Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini yang telah memberikan bantuan dan arahan selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
6. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
7. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam proses pembuatan Tugas Akhir Skripsi.

Terima kasih atas segala bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak.
Semoga menjadi amal yang bermanfaat dan mendapat balasan dari Allah SWT.
Semoga Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, 4 April 2018

Penulis,



Pahlita Ratri Ramadhani

14111244019

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Diagnosis Permasalahan Kelas	6
C. Fokus Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8

BAB II LANDASAN PUSTAKA

A. Kajian Pustaka	9
1. Keterampilan Motorik.....	9
2. Karakteristik Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini	18
3. Senam Irama.....	27
B. Hasil Penelitian yang Relevan	38
C. Kerangka Berpikir.....	39
D. Hipotesis	40

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian Tindakan	41
B. Waktu Penelitian.....	41
C. Deskripsi Tempat Penelitian	42
D. Subjek dan Karakteristiknya	43
E. Skenario Tindakan	44
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	46
G. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	51
H. Teknik Analisis Data.....	51

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	54
1. Deskripsi Pratindakan	54
2. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas Siklus I.....	56
3. Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus II	66
B. Pembahasan.....	75
C. Temuan Penelitian	81
D. Keterbatasan Penelitian.....	82
BAB V SIMPULAN DAN PENUTUP	
A. Simpulan	84
B. Implikasi	85
C. Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN-LAMPIRAN	90

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	48
Tabel 2. Rubrik Penilaian Kelenturan Gerak.....	49
Tabel 3. Rubrik Penilaian Keseimbangan Gerak.....	50
Tabel 4. Rubrik Penilaian Kelincahan Gerak.....	51
Tabel 5. Kriteria Perhitungan Persentase Skala Keberhasilan.....	53
Tabel 6. Hasil Observasi Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan.....	55
Tabel 7. Hasil Observasi Keterampilan Motorik Kasar Siklus I.....	62
Tabel 8. Hasil Perbandingan dan Persentase Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan dan Siklus I.....	63
Tabel 9. Hasil Observasi Keterampilan Motorik Kasar Siklus II.....	72
Tabel 10. Hasil Perbandingan dan Persentase Keterampilan Motorik Kasar.....	73

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	39
Gambar 2. Siklus Penelitian Tindakan Kelas Model Kemmis dan Mc. Taggart.....	46
Gambar 3. Diagram Batang Persentase Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan dan Siklus I.....	64
Gambar 4. Diagram Batang Persentase Keterampilan Motorik Kasar Siklus I dan Siklus II.....	74
Gambar 5. Diagram Batang Persentase Pencapaian Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan, Siklus I, dan Siklus II.....	75

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH).....	91
Lampiran 2. Validasi Instrumen.....	108
Lampiran 3. Rekapitulasi Hasil.....	112
Lampiran 4. Irama Dan Gerakan Senam.....	122
Lampiran 5. Foto Observasi.....	133
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	138

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak usia dini jika ditinjau dari Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anak usia sejak lahir sampai dengan enam tahun. Pada usia dini, anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pertumbuhan adalah proses peningkatan yang ada pada diri seseorang yang bersifat kuantitatif atau peningkatan dalam hal ukuran, sedangkan perkembangan adalah proses perubahan kapasitas fungsional atau kemampuan kerja organ-organ tubuh ke arah keadaan yang semakin terorganisasi dan terspesialisasi (Sumantri, 2005: 46). Pesatnya pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia dini dikarenakan anak usia dini berada pada masa keemasan (*the golden age*).

Masa keemasan (*the golden age*) merupakan masa yang berharga bagi anak untuk mengoptimalkan segala aspek pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi hanya satu kali dalam seumur hidup. Montessori dalam Gutek (2013: 79) menyatakan bahwa masa kanak-kanak berada pada “periode-periode sensitif” di mana mereka dapat menyerap informasi-informasi yang didapatkan dari lingkungan mereka melalui indranya. Pada masa ini perkembangan otak anak sangat pesat sehingga lebih cepat dalam memproses ilmu pengetahuan yang ia dapat jika diberikan rangsangan yang tepat. Oleh karena itu pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini perlu diarahkan pada perkembangan fisik, kognitif, sosioemosional, bahasa, dan seni. Agar masa keemasan ini dapat berkembang

dengan baik, maka orang tua perlu memperhatikan pelayanan pendidikan. Salah satu pelayanan pendidikan tersebut adalah Pendidikan Anak Usia Dini.

Pendidikan anak usia dini pada hakekatnya merupakan salah satu usaha dalam bidang pendidikan yang memfasilitasi anak untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan dengan terarah. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyebutkan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan 6 (enam) tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan fisik, kecerdasan, sosioemosional, bahasa, moral, dan seni. Salah satu aspek penting dalam perkembangan anak adalah perkembangan motorik.

Perkembangan motorik berarti pengembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi (Hurlock, 1978: 150). Perkembangan motorik adalah proses sejalan dengan bertambahnya usia secara bertahap dan berkesinambungan gerakan individu meningkat dari keadaan sederhana, tidak terorganisasi, dan tidak terampil ke arah penampilan motorik yang kompleks dan terorganisasi dengan baik, yang pada akhirnya ke arah penyesuaian keterampilan menyertai terjadinya proses menua/ menjadi tua (Sumantri, 2005: 47). Dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik adalah perkembangan perubahan pengendalian gerakan jasmaniah melalui

kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot dari gerakan yang sederhana menjadi gerakan yang terkoordinasi seiring bertambahnya usia anak.

Perkembangan motorik meliputi motorik kasar dan motorik halus. Keterampilan motorik halus adalah keterampilan koordinasi gerak yang melibatkan otot kecil. Sedangkan keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan koordinasi gerak yang melibatkan otot besar atau seluruh anggota tubuh (Kamtini & Tanjung, 2005: 124). Keterampilan motorik kasar merupakan suatu hal dasar yang penting untuk dikuasai oleh anak usia dini karena perkembangan motorik kasar mempengaruhi perkembangan yang lainnya. Sumantri (2005: 3) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan motorik, dan kontrol motorik. Keterampilan motorik anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik, kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh, kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik.

Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini lingkup perkembangan fisik-motorik dituangkan dalam Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA), di mana tingkat pencapaian perkembangan merupakan acuan yang berisi kaidah pertumbuhan dan perkembangan anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun. Standar tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun antara lain: (1) melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan; (2) melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam melakukan tarian atau senam; (3) melakukan permainan fisik

dengan teratur; (4) terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, dan; (5) melakukan kegiatan kebersihan diri.

Berdasarkan observasi awal anak Kelompok B di TK Aisyah Bustanul Athfal Sungapan pada tanggal 2 Oktober 2017 dengan jumlah siswa sebanyak 13 anak, menunjukkan bahwa kegiatan yang bersifat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak terutama pada keterampilan motorik kasar anak masih rendah. Pada observasi awal menunjukkan bahwa anak belum mampu melakukan gerakan secara terkoordinasi misalnya pada saat melemparkan bola gerakan antara tangan dan kaki anak belum mampu membentuk gerakan yang tepat. Gerakan tangan saat melempar bola tidak diayunkan ke belakang tetapi seperti gerakan mendorong, sedangkan posisi kaki sejajar antara kaki kanan dan kiri. Gerak tubuh anak pun kurang lentur karena anak masih membatasi gerak pada persendiannya, pangkal lengan yang seharusnya diputar saat melempar bola tidak dilakukan tetapi hanya bergerak satu arah di depan badan.

Kegiatan motorik kasar sebelum masuk kelas hanya sebatas gerak dan lagu sederhana kemudian berbaris. Pada saat gerak dan lagu, gerakan yang digunakan adalah gerakan yang mudah dan belum dapat memberikan rangsangan perkembangan motorik kasar dengan optimal seperti berjalan di tempat, bertepuk tangan, dan gerakan berbaris. Perkembangan motorik yang tidak dirangsang dengan baik akan menimbulkan masalah pada keterampilan motorik kasar anak. Hal tersebut terlihat ketika anak melakukan gerakan berjalan di tempat yang seharusnya mengkoordinasikan gerakan tangan, kaki, dan mata, akan tetapi sebagian anak hanya menggerakkan kaki atau tangannya saja serta dengan arah pandangan yang

tidak tertuju ke depan. Selain itu, pada saat senam anak juga terlihat belum bersemangat mengikuti kegiatan. Hasil observasi menunjukkan bahwa dari 13 anak Kelompok B hanya ada 3 anak yang aktif mengikuti gerak dan bernyanyi, 6 anak hanya bernyanyi, dan 4 anak tidak mau mengikuti gerakan senam maupun bernyanyi.

TK Aisyah Bustanul Athfal Sungapan memiliki beberapa alat permainan *indoor* maupun *outdoor*. Alat permainan *outdoor* terdiri dari satu papan seluncur, satu ayunan, satu jungkat-jungkit, satu bola dunia, dan satu mangkuk putar, sedangkan alat permainan *indoor* terdiri dari balok kayu dan *puzzle*. Anak-anak menggunakan alat permainan *outdoor* saat istirahat, namun dalam penggunaannya anak lebih banyak duduk di atas papan seluncur, ayunan, dan jungkat-jungkit tanpa digerakkan. Anak-anak di TK Aisyah Bustanul Athfal Sungapan lebih senang bermain dengan alat permainan *indoor* yaitu balok kayu. Terkadang jika beberapa anak rewel maka guru akan mempertontonkan televisi agar anak tidak rewel lagi.

Pada umumnya anak senang sekali mengikuti kegiatan motorik yang beraneka ragam. Peningkatan perkembangan motorik anak akan tercapai dengan berlatih secara terarah (Mahmud, 1996: 129). Oleh karena itu untuk meningkatkan perkembangan motorik anak, khususnya dalam keterampilan motorik kasar anak dapat melalui kegiatan senam irama. Senam irama dapat mengembangkan kemampuan motorik kasar anak pada aspek keseimbangan, kelincahan, dan kelenturan melalui latihan-latihan secara terarah. Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui senam irama memberikan kesempatan kepada anak untuk mengembangkan aspek perkembangan lainnya melalui pengalaman gerak.

Senam irama ialah bentuk-bentuk senam yang merupakan perpaduan antara berbagai bentuk gerakan dengan irama yang mengiringinya. Misalnya seperti irama tepukan, ketukan, nyanyian, dan musik. Prinsip dari senam irama adalah adanya kelentukan tubuh di dalam melakukan gerakan dan berkesinambungan antara gerakan yang satu dengan gerakan yang lainnya sesuai dengan irama. Melalui senam irama akan menciptakan variasi gerakan, keindahan-keindahan bentuk gerakan, dan membentuk gerakan melalui koordinasi organ tubuh dengan irama (Syarifuddin & Muhadi, 1992: 117).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar anak pada keterampilan motorik kasar di TK Aisyah Bustanul Athfal Sungapan belum menunjukkan tingkat pencapaian perkembangan sebagaimana mestinya. Stimulasi dan pembinaan yang kurang terprogram untuk pengembangan motorik kasar anak mengakibatkan keterbatasan anak dalam mengembangkan aspek perkembangan motorik kasarnya sehingga kurang optimal. Perkembangan motorik kasar sangat penting bagi anak usia dini karena juga berpengaruh dalam aspek perkembangan lainnya. Maka dari itu peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B melalui Senam Irama di TK ABA Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo”. Penelitian tersebut diharapkan dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sehingga dapat berkembang secara optimal melalui senam irama.

B. Diagnosis Permasalahan Kelas

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Keterbatasan kemampuan guru dalam memfasilitasi kegiatan motorik kasar anak
2. Anak belum mampu melakukan gerakan secara terkoordinasi
3. Gerak tubuh cenderung kaku
4. Anak tidak bersemangat dalam bergerak
5. Kurangnya variasi dalam memilih kegiatan pengembangan motorik kasar

C. Fokus Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian pada tindakan kelas ini hanya dibatasi pada upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama di TK ABA Sungapan, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian tindakan kelas adalah:

Bagaimana senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Sungapan, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama di TK ABA Sungapan, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang akan dicapai, maka penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam pendidikan. Adapun manfaat penelitian ini adalah:

1. Bagi anak
 - a. Memberikan pengalaman secara langsung kepada anak tentang permainan gerak dan lagu seperti senam irama.
 - b. Membantu anak untuk meningkatkan keterampilan motorik kasarnya.
2. Bagi pendidik/calon pendidik
 - a. Sebagai gambaran tentang model pengembangan motorik kasar untuk anak didiknya.
 - b. Menambah wawasan guru mengenai langkah-langkah melaksanakan senam irama sebagai upaya untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak.
3. Bagi Lembaga Taman Kanak-kanak

Sebagai bahan refleksi dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar anak.
4. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan wawasan mengenai upaya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak dengan berbagai macam variasi musik yang menarik bagi anak.

BAB II

LANDASAN PUSTAKA

A. Kajian Pustaka

1. Keterampilan Motorik

a. Pengertian Perkembangan Motorik

Motorik sebagai suatu keadaan yang menghasilkan stimulasi atau rangsangan sehingga terjadi kegiatan organ-organ fisik yang menimbulkan gerakan tubuh dan dalam perkembangannya ditentukan oleh tiga unsur yaitu otot, syaraf, dan otak (Samsudin, 2008: 10). Perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi (Hurlock, 1978: 150). Proses perkembangan motorik sejalan dengan bertambahnya usia secara bertahap dan berkesinambungan di mana gerakan individu meningkat dari keadaan sederhana, tidak terorganisasi, dan tidak terampil ke arah penampilan motorik yang kompleks dan terorganisasi dengan baik, yang pada akhirnya ke arah penyesuaian keterampilan menyertai terjadinya proses menua (Sumantri, 2005: 47). Sehingga dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik merupakan perkembangan perubahan pengendalian gerakan-gerakan organ-organ fisik melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot dari gerakan sederhana menjadi gerakan yang terkoordinasi seiring dengan bertambahnya usia.

b. Pola Umum Perkembangan Motorik pada Anak

Pada perkembangan motorik anak terdapat pola umum perkembangan yang akan muncul. Pola umum perkembangan motorik merupakan pola umum pada perkembangan motorik yang terjadi pada setiap anak. Menurut Ames (1940) dan

Lilingsworth (1983) dalam Suyanto (2005: 51), perkembangan motorik pada anak mengikuti delapan pola umum perkembangan yaitu:

- 1) Bersifat kontinyu, perkembangan motorik anak dimulai dari gerakan yang sederhana ke arah gerakan yang lebih kompleks sejalan dengan bertambahnya usia anak.
- 2) Memiliki tahapan yang sama, setiap anak memiliki pola tahapan perkembangan yang sama, namun kecepatan untuk mencapai tahapan tersebut berbeda.
- 3) Kematangan yang dipengaruhi oleh perkembangan sel syaraf.
- 4) Umum ke khusus, gerakan dimulai dari gerak yang bersifat umum ke gerak yang bersifat khusus karena otot-otot besar berkembang lebih dahulu daripada otot-otot kecil.
- 5) Gerak yang terjadi sejak anak lahir adalah gerak refleks yang akan berubah menjadi gerakan yang terkoordinasi seiring bertambahnya usia anak.
- 6) Bersifat *cephalo-caudal direction*, yaitu otot yang lebih dekat dengan kepala akan berkembang lebih dahulu daripada otot yang mendekati ekor.
- 7) Bersifat *proximo-distal*, artinya bahwa bagian yang mendekati sumbu tubuh (tulang belakang) berkembang lebih dulu, misalnya otot dan syaraf lengan berkembang lebih dahulu daripada otot jari.
- 8) Koordinasi *bilateral* menuju *crosslateral*, artinya bahwa koordinasi organ yang sama berkembang lebih dulu sebelum bisa melakukan organ bersilangan. Contohnya, pada usia TK anak melempar bola tenis dengan gerakan tangan terayun disertai ayunan kaki kanan, sedangkan pada orang dewasa, justru kaki kiri maju, diikuti dengan ayunan tangan kanan.

Jadi, ada delapan pola umum perkembangan motorik pada anak yang akan terjadi yaitu perkembangan anak bersifat kontinyu, memiliki tahapan yang sama, kematangan yang dipengaruhi oleh perkembangan syaraf, gerakan bersifat umum ke khusus, gerak refleks berubah menjadi gerak yang terkoordinasi, bersifat *cephalo-caudal direction*, bersifat *proximo-distal*, dan bersifat *bilateral* menuju *crosslateral*.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik setiap anak berbeda-beda karena dipengaruhi oleh faktor-faktor perkembangan motorik. Meskipun pada kenyataannya anak memiliki usia yang sama dengan anak lainnya. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik menurut Rahyubi (2012: 225), yaitu:

1) Perkembangan Sistem Syaraf

Sistem syaraf sangat berpengaruh dalam perkembangan motorik karena sistem syaraf lah yang mengontrol aktivitas motorik pada tubuh manusia.

2) Kondisi fisik

Kondisi fisik yang baik akan mendukung perkembangan yang lebih baik juga dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang baik. Misalnya anak yang mengalami cacat pada salah satu kakinya akan membatasi gerak anak sehingga perkembangan motoriknya pun terhambat dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki cacat kaki yang dapat bergerak bebas.

3) Motivasi

Motivasi yang kuat menjadi kunci bagi seseorang untuk menguasai keterampilan motorik yang lebih luas dan lebih tinggi. Anak akan mendapatkan

motivasi yang kuat untuk menguasai keterampilan motorik dengan kondisi lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak.

4) Lingkungan

Perkembangan motorik dipengaruhi oleh keadaan lingkungan. Lingkungan yang kondusif dapat memberikan dorongan kepada anak untuk mengembangkan keterampilan motoriknya.

5) Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis dapat mempengaruhi perkembangan motorik anak karena hanya dalam kondisi psikologis yang baiklah perkembangan motorik akan meningkat dengan baik pula. Anak dalam kondisi psikologis yang kurang baik akan mengalami kesulitan dalam belajar keterampilan motorik sehingga mengakibatkan perkembangan motorik yang lambat.

6) Usia

Anak yang baru berusia tiga bulan akan berusaha mengangkat kepalanya saat ditelungkupkan, seiring bertambahnya usia anak hingga mencapai satu tahun anak sudah mampu berjalan dengan berpegangan. Perkembangan motorik tersebut akan berkembang sesuai dengan bertambahnya usia anak.

7) Jenis Kelamin

Jenis kelamin berpengaruh terhadap perkembangan motorik anak. Anak laki-laki cenderung lebih kuat dan mampu bergerak dalam berbagai aktivitas yang memerlukan pengintegrasian tubuh secara keseluruhan.

Perkembangan motorik dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kondisi fisik, motivasi, lingkungan, kondisi psikologis, usia, dan jenis kelamin. Jadi, jika terdapat

masalah atau ketidaksesuaian antara faktor yang mempengaruhi dengan kondisi yang ditemukan, maka dapat menjadi suatu penyebab timbulnya masalah.

d. Tahapan Proses Belajar Keterampilan Motorik

Montessori (dalam Gutek, 2013: 79) menyatakan bahwa masa kanak-kanak berada pada “periode-periode sensitif” di mana mereka dapat menyerap informasi-informasi yang didapatkan dari lingkungan mereka melalui indranya. Penyerapan informasi-informasi sangat bergantung pada pembelajaran yang terdapat di lingkungan sang anak ketika mereka mengeksplorasi lingkungannya untuk memperoleh suatu pengetahuan. Pada usia 3-6 tahun anak-anak membutuhkan rangsangan kegiatan yang dapat memenuhi kebutuhan mereka untuk berlatih mengkoordinasikan dan mengendalikan keterampilan motorik mereka. Anak-anak dapat menguasai keterampilan motorik jika ia diberikan rangsangan dan selanjutnya menerima rangsangan tersebut sebagai proses belajar motorik. Menurut Fitts dan Postner (dalam Sumantri, 2005: 101) proses belajar keterampilan motorik anak usia dini terjadi dalam tiga tahap, yaitu:

1) Tahap verbal kognitif

Tahap ini merupakan tahap awal dalam belajar gerak dan disebut dengan fase kognitif karena perkembangan yang menonjol pada diri anak adalah terjadinya proses yang tadinya tidak tahu tentang gerakan yang dipelajari menjadi tahu, meskipun dalam penguasaan gerak anak masih belum baik. Pada tahap kognitif, proses belajar gerak diawali dengan aktif berpikir tentang gerakan yang dipelajari melalui pemahaman terhadap informasi tentang gerak yang ia pelajari baik secara visual maupun verbal. Informasi verbal adalah informasi yang berbentuk penjelasan

dengan menggunakan kata-kata, sedangkan informasi visual adalah informasi yang dapat dilihat berupa gambar maupun gerakan secara langsung.

2) Tahap asosiatif

Tahap asosiatif disebut juga dengan tahap menengah. Tahap ini ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan di mana anak sudah mampu melakukan gerakan-gerakan dalam bentuk rangkaian yang runtut. Pada tahap ini, perkembangan anak usia dini memasuki masa pemahaman dari gerakan-gerakan yang dipelajari. Anak dapat menunjukkan gerakan-gerakan yang terkoordinasi dengan tetap mempraktekkan gerakan secara berulang.

3) Tahap otomasi

Tahap otomasi merupakan tahap terakhir dalam proses belajar gerak. Tahap ini ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan di mana anak mampu melakukan gerakan secara otomatis. Dikatakan otomasi karena anak mampu menguasai keterampilan gerak tanpa terpengaruh hal lain. Anak sudah mampu melakukan gerakan dengan benar dan baik atau spontan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dalam belajar keterampilan mototik kasar terdapat beberapa tahapan yaitu tahap verbal kognitif, tahap asosiatif, dan tahap otomasi. Belajar keterampilan motorik kasar dimulai dari berpikir aktif tentang gerak kemudian dapat menunjukkan gerakan yang runtut yang akhirnya mampu bergerak secara otomatis dengan baik dan benar.

e. Jenis Keterampilan Motorik

Jenis keterampilan motorik dibagi menjadi dua yaitu motorik kasar dan motorik halus. Hal tersebut dikemukakan oleh Kamtini dan Tanjung (2005: 124) yaitu:

- 1) Keterampilan motorik halus merupakan keterampilan koordinasi gerak yang melibatkan otot kecil.
- 2) Keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan koordinasi gerak yang melibatkan otot besar atau seluruh anggota tubuh.

Keterampilan motorik kasar mencakup keseimbangan, kelenturan, dan kelincahan.

a) Keseimbangan

Keseimbangan menurut Rahyubi (2012: 310) merupakan aspek pembelajaran gerak yang paling dasar, karena semua gerak melibatkan aspek keseimbangan. Lutan (2002: 73) menyebutkan bahwa keseimbangan dibagi menjadi dua, yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan posisi tubuh dalam keadaan tetap. Keseimbangan statis disebut juga sebagai keseimbangan pada saat tubuh diam, misalnya berdiri dengan menggunakan satu kaki. Sedangkan keseimbangan dinamis adalah keseimbangan untuk mempertahankan tubuh agar tidak jatuh pada saat sedang melakukan gerakan atau keseimbangan pada saat tubuh bergerak, misalnya berlari.

b) Kelenturan

Kelenturan adalah kualitas yang memungkinkan suatu segmen bergerak semaksimal mungkin menurut kemungkinan rentang gerakanya (*range of movement*)

(Rahyubi, 2012: 312). Selanjutnya, Lutan (2002: 68) menyebutkan bahwa kelenturan merupakan gambaran yang menunjukkan luas sempitnya ruang gerak pada berbagai persendian yang ada di tubuh. Kelenturan merupakan kemampuan untuk menghasilkan berbagai gerakan dan daya untuk beralih dari satu gerakan ke gerakan yang lain. Kelenturan seseorang akan meningkat dengan adanya latihan yang teratur, terprogram, dan terpola dengan baik.

c) **Kelincahan**

Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk bergerak secara cepat. Komponen kelincahan yaitu melakukan gerak perubahan arah secara cepat (misalnya berlari cepat kemudian berhenti mendadak) dan kecepatan bereaksi (Sujiono, 2008: 7.3).

Jadi, keterampilan motorik kasar merupakan keterampilan koordinasi gerak yang melibatkan otot besar atau seluruh tubuh yang mencakup kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan.

f. Kategori Keterampilan Gerak Dasar Motorik Kasar

Gerak dasar merupakan kemampuan gerak yang dikuasai anak dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Menurut Sumantri (2005: 99) kategori keterampilan gerak dasar motorik kasar adalah sebagai berikut:

1) **Gerak Nonlokomotor**

Gerak nonlokomotor adalah suatu gerakan yang tidak menyebabkan terjadinya perpindahan tempat. Gerak ini terdiri dari gerak membengkokkan badan, membungkuk, menekuk anggota tubuh, memutar, meregang, memilin, merentang, dan mengangkat.

2) Gerak Lokomotor

Gerak lokomotor merupakan gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat, misalnya berjalan, berlari, dan melompat.

3) Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif merupakan gerakan yang melibatkan kemampuan koordinasi mata-tangan-kaki-kepala. Misalnya gerakan melempar, menangkap, memukul, dan memantul-mantulkan.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa kategori keterampilan gerak dasar motorik kasar terdiri dari gerak nonlokomotor, gerak lokomotor, dan gerak manipulatif.

g. Fungsi Keterampilan Motorik Kasar

Motorik kasar tidak hanya untuk menggerakkan anggota tubuh sebagaimana fungsinya saja, tetapi memiliki fungsi lain yang lebih penting. Fungsi keterampilan motorik kasar menurut Sumantri (2005: 10) adalah:

- 1) Sebagai alat untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan kesehatan untuk anak.
- 2) Sebagai alat untuk membentuk, membangun, dan memperkuat tubuh anak.
- 3) Sebagai alat untuk melatih keterampilan dan ketangkasan gerak dan daya pikir anak.
- 4) Sebagai alat untuk meningkatkan perkembangan emosional.
- 5) Sebagai alat untuk meningkatkan perkembangan sosial.
- 6) Sebagai alat untuk menumbuhkan perasaan senang dan memahami manfaat kesehatan pribadi

Jadi, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B di TK ABA Sungapan yang mana dalam pembelajarannya memperhatikan fungsi dari keterampilan motorik kasar sebagaimana telah disebutkan di atas.

2. Karakteristik Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini

a. Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini

Dalam memahami perkembangan anak usia dini, juga perlu memahami karakteristik masing-masing perkembangan anak yaitu perkembangan fisik dan motorik, kognitif, sosial emosional, dan bahasa. Adapun karakteristik perkembangan anak usia dini menurut Masitoh, Setiasih, dan Djoehaeni (2005: 7) sebagai berikut:

1) Perkembangan Fisik dan Motorik

Pada masa TK (3-6 tahun), anak mengalami perkembangan motorik kasar dan motorik halus yang begitu pesat. Anak juga bergerak sangat aktif, mereka memiliki penguasaan terhadap tubuhnya dan sangat menyukai kegiatan yang dilakukan sendiri. Namun, otot-otot besar lebih berkembang dibandingkan dengan kontrol terhadap tangan dan kaki, sehingga mereka belum bisa melakukan gerakan yang rumit.

Anak usia 5-6 tahun memiliki perkembangan fisik dan motorik yang lebih kuat dan terampil. Perkembangan motorik terdiri dari perkembangan motorik kasar dan perkembangan motorik halus. Keterampilan motorik kasar dan motorik halus pada anak usia 5-6 tahun berkembang dengan cepat jika mendapat stimulasi yang benar. Pada usia ini anak sudah dapat melakukan gerakan mata-tangan-kaki-

kepala dengan terkoordinasi, mulai sadar dan terbiasa menjaga kebersihan diri, dan mampu mengekspresikan diri melalui gerakan.

2) Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif menurut Piaget (dalam Masitoh, Setiasih, & Djoehaeni, 2005: 7) dibagi dalam empat tahap, yaitu: tahap sensori motor (0-2 tahun); tahap praoperasional (2-7 tahun); dan tahap operasional kongkrit (7-14 tahun); tahap formal operasional (14 tahun-dewasa). Anak Kelompok B (5-6 tahun) berada pada tahap praoperasional, yaitu tahap di mana perkembangan kognitif anak ditunjukkan dengan berkembangnya kemampuan menggunakan sesuatu untuk mewakili sesuatu yang lain dengan menggunakan simbol-simbol.

3) Perkembangan Emosi

Pada perkembangan emosional anak terdapat delapan tahapan menurut Erikson (dalam Masitoh, dkk, 2005: 7), yaitu: (1) *basic trust vs mistrust* (0-18 bulan); (2) *autonomy vs shame and doubt* (18 bulan-3 tahun); (3) *initiative vs guilt* (3-6 tahun); (4) *industry vs inferiority* (6-12 tahun); (5) *identity and reproduction* (12-18 tahun); (6) *intimacy and solidarity vs isolation* (18-35 tahun); (7) *generativity vs stagnation* (35- 65 tahun); serta (8) *integrity vs despair* (65 tahun ke atas). Pada usia 5-6 tahun anak akan menunjukkan sikap mulai lepas dari ikatan orang tua dan mulai dapat berinteraksi dengan lingkungannya karena berada pada tahap *initiative vs guilt*.

4) Perkembangan Sosial

Perkembangan sosial merupakan perkembangan perilaku anak dalam menyesuaikan diri dengan aturan-aturan masyarakat di mana anak berada. Bagi

anak prasekolah, kegiatan bermain menjadikan fungsi sosial anak semakin berkembang. Pada masa ini anak juga sudah memahami perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan.

5) Perkembangan Bahasa

Sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, bahasa mereka juga akan meningkat dalam kuantitas, keluasan, dan kerumitannya. Anak usia dini mengerti konsep-konsep dan hubungan antar konsep dengan mempelajari bahasa dari orang dewasa dan mendapatkan pengalaman langsung untuk mengungkapkan buah pikiran serta gagasannya.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik perkembangan anak usia 5-6 tahun memiliki karakter perkembangan pada aspek perkembangan fisik-mototik, kognitif, bahasa, emosi, dan sosial sehingga dengan adanya karakteristik perkembangan dapat menjadi gambaran untuk mempertimbangkan metode pembelajaran yang sesuai dengan usia anak.

b. Karakteristik Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun

Dalam Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, lingkup perkembangan fisik-motorik dituangkan dalam Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STPPA), di mana tingkat pencapaian perkembangan merupakan acuan yang berisi kaidah pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini sejak lahir sampai dengan usia enam tahun. Standar tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun antara lain: (1) melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih keseimbangan dan kelincahan; (2) melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam

melakukan tarian atau senam; (3) melakukan permainan fisik dengan teratur; (4) terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, dan; (5) melakukan kegiatan kebersihan diri.

Sejalan dengan yang telah disebutkan di atas, Sumantri (2005: 72) memaparkan gerakan dasar dan variasinya dalam kegiatan sehari-hari pada perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun adalah sebagai berikut:

1) Berjalan

Anak usia 5-6 tahun sudah mampu berjalan seperti gerakan berjalan yang dilakukan oleh orang dewasa. Perkembangan kemampuan gerak berjalan berhubungan dengan peningkatan kekuatan kaki, keseimbangan, dan koordinasi bagian-bagian tubuh yang mendukung mekanisme keseimbangan. Untuk menjaga keseimbangan pada saat memindahkan titik berat badan ke kaki depan yang melangkah, koordinasi antara kaki dengan anggota tubuh bagian atas terutama tangan sangat diperlukan.

2) Berlari

Gerakan berlari merupakan perkembangan dari gerakan berjalan. Perbedaannya terletak pada irama ayunan langkah pada lari iramanya lebih cepat dan saat-saat kedua kaki tidak menginjak tanah. Pada usia 5-6 tahun, keterampilan motorik berlari pada umumnya sudah dikuasai oleh anak, sehingga anak mampu menggunakan keterampilan berlari itu secara efektif dalam bermain.

3) Mendaki

Bersamaan dengan saat anak belajar merangkak, ia juga belajar mengangkak tubuh. Hal ini terjadi sebelum anak dapat berjalan, namun setelah dapat berjalan

anak akan belajar mendaki dengan awalan dibantu orang tuanya. Anak usia 5-6 tahun sudah bisa mendaki tataran tangga rumah dengan gerakan seperti berjalan tanpa dibantu atau dipegangi orang tua. Gerakan kaki setiap kali melangkah saat menaiki anak tangga sudah menggunakan satu kaki secara bergantian.

4) Meloncat dan Berjengket

Gerakan meloncat mula-mula tampak seperti gerakan berjalan atau melangkah dari tempat yang agak tinggi ke tempat yang lebih rendah. Gerakan ini awalnya dikuasai hanya dengan bertumpu pada satu kaki, namun seiring dengan bertambahnya usia dan peningkatan kekuatan kaki serta keseimbangan maka anak dapat meloncat dengan bertumpu pada dua kaki. Berjengket adalah gerakan meloncat di mana loncatan dilakukan dengan tumpuan satu kaki dan mendarat dengan kaki yang sama. Anak usia 5-6 tahun memiliki kemampuan untuk melakukan gerakan meloncat dan berjengket.

5) Menyepak

Gerakan menyepak mulai bisa dilakukan oleh anak setelah mereka mampu mempertahankan keseimbangan tubuh dalam posisi berdiri pada satu kaki sementara satu kaki lain diangkat dan diayun. Kemampuan melakukan gerakan menyepak pada anak akan berkembang sejalan dengan meningkatnya kekuatan kaki, koordinasi tubuh, dan keseimbangan. Pada umumnya anak usia 5-6 tahun sudah dapat melakukan gerakan menyepak yang dimulai dengan ayunan kaki ke belakang sebagai awalan dan disertai dengan mengayunkannya ke depan hingga mengenai objek yang disepak.

6) Melempar

Melempar adalah gerakan mengarahkan satu benda yang dipegang dengan cara mengayun tangan ke arah tertentu. Kemampuan melempar anak usia 5-6 tahun sudah baik. Koordinasi gerak antara ayunan lengan, jari tangan, dan kaki sudah bisa membentuk gerakan yang tepat.

7) Menangkap

Saat anak menangkap benda yang dilambungkan, pada mulanya anak menjulurkan tangannya ke depan dengan tangan terbuka menghempas ke atas. Kemampuan menangkap berkembang sejalan dengan kemampuan anak untuk menaksir kecepatan dan jarak benda yang akan ditangkap serta ketepatan reaksi gerak tangannya. Anak semakin mampu menyesuaikan posisi tubuh dan tangannya sesuai dengan benda yang akan ditangkap. Pada usia 5-6 tahun gerakan menangkap sudah semakin baik, tetapi untuk menguasai dengan baik baru dicapai pada usia lebih kurang 6 tahun.

8) Memantul-mantulkan

Gerakan memantul-mantulkan bola diawali dengan memantulkan bola menggunakan satu tangan anak, awalnya anak hanya memantulkan tanpa bisa menangkap kembali. Seiring dengan meningkatnya kematangan syaraf dan perkembangan anak, ia bisa memantulkan bola dan menangkapnya kembali dengan posisi badan yang benar. Kemudian akan meningkat lagi sehingga dapat memantulkan bola dan menangkapnya menggunakan dua tangan.

9) Memukul

Gerakan memukul mula-mula berusaha melalui gerakan megayunkan tangannya dengan lengan lurus ke arah depan atas dan selanjutnya gerakan akan berkembang dengan memukul dari samping ke arah depan kemudian berkembang lagi dengan dapat memukul bola yang berada di atas kepala. Gerakan memukul lebih baik saat anak berusia lebih dari tiga tahun. Anak mampu mengkoordinasikan gerakan kepala dan tangan saat memukul objek.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa anak usia 5-6 tahun memiliki beberapa karakteristik perkembangan motorik kasar yaitu: melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih keseimbangan dan kelincahan, melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam melakukan tarian atau senam, melakukan permainan fisik dengan teratur, terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, dan melakukan kegiatan kebersihan diri. Sedangkan pada kegiatan sehari-hari anak mampu menunjukkan gerakan berjalan, berlari, mendaki, melompat dan berjengket, menyepak, melempar, menangkap, memantul-mantulkan, dan memukul.

c. Prinsip Perkembangan Motorik

Prinsip perkembangan motorik yang harus diperhatikan menurut Hurlock (1978: 151-153) adalah sebagai berikut:

1) Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf

Gerak refleks anak yang ditunjukkan pada saat bayi harus dikembangkan dengan cara memberikan stimulasi pada anak. Gerak refleks tersebut kemudian akan berkembang menjadi gerak sadar seiring bertambahnya usia anak. Jika otot

dan syaraf anak belum cukup matang, maka keterampilan motorik anak tidak akan berkembang dengan baik. Semakin bertambahnya usia anak maka semakin matang pula otot dan syaraf anak sehingga dapat menguasai keterampilan motorik.

2) Perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan

Pola perkembangan motorik yang dapat diramalkan terbukti dari adanya perubahan kegiatan umum ke khusus. Perkembangan motorik dapat diramalkan ditunjukkan dengan usia ketika anak mulai berjalan konsisten dengan laju perkembangan keseluruhannya. Laju perkembangan yang konsisten, maka tingkat ketepatan yang wajar dimungkinkan untuk memperkirakan kapan seorang anak akan mulai berjalan atas dasar laju perkembangan koordinasi motorik lainnya.

3) Dimungkinkan menentukan norma perkembangan motorik

Awal perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan, berdasarkan umur rata-rata dimungkinkan untuk menentukan norma untuk bentuk kegiatan motorik lainnya. Norma tersebut digunakan sebagai petunjuk yang memungkinkan orang tua dan orang lain untuk mengetahui apa yang dapat diharapkan dan pada umur berapa hal itu dapat diharapkan dari anak. STPPA (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak) merupakan norma yang digunakan sebagai acuan dasar perkembangan motorik anak sesuai dengan usianya.

4) Perbedaan individu dalam laju perkembangan motorik

Laju perkembangan motorik setiap anak akan berbeda satu sama lain, meskipun mengikuti pola perkembangan yang serupa pada semua orang. Hal ini terjadi pada saat anak mencapai pola perkembangan di umur yang berbeda maupun

umur yang sama. Misalnya anak yang sama-sama berusia 1 tahun yang harusnya sudah bisa berjalan ternyata salah satu anak belum dapat berjalan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa prinsip perkembangan motorik adalah perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf, perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan, dimungkinkan menentukan pola perkembangan motorik, dan perbedaan individu dalam laju perkembangan. Adanya prinsip tersebut memberikan gambaran peneliti dalam menentukan tingkat pencapaian perkembangan motorik setiap anak.

d. Koordinasi Gerakan Mata, Kaki, Tangan, dan Kepala

Rahyubi (2012: 309) menjelaskan bahwa koordinasi gerak yaitu kemampuan yang mencakup dua atau lebih persepsi pola-pola gerakan. Koordinasi gerak adalah kemampuan untuk memadukan pelaksanaan tugas gerak yang terpisah-pisah yang didukung oleh beberapa sumber penginderaan sehingga menjadi gerak yang efisien (Lutan, 2002: 70). Koordinasi gerak memerlukan suatu keharmonisan, irama, dan urutan gerak dari beberapa anggota tubuh. Dapat disimpulkan bahwa koordinasi gerak adalah perpaduan dari beberapa gerakan anggota tubuh yang tersusun menjadi suatu rangkaian gerak yang harmonis.

Koordinasi gerak mata, kepala, tangan, dan kaki merupakan salah satu gerakan dasar dalam pengembangan fisik motorik anak. Koordinasi mata dan tangan berkaitan dengan kemampuan memilih suatu objek dan mengkoordinasikannya. Aktivitas koordinasi mata dan tangan merupakan kombinasi dari pengamatan dan pengaturan fungsi gerak yang tepat. Sedangkan

koordinasi mata dan kaki berkaitan dengan kemampuan melakukan suatu gerakan berdasarkan pengelihatannya dan gerak anggota badan bagian bawah (Rahyubi, 2012: 309). Sridadi (2009: 3) mengatakan bahwa koordinasi kepala, tangan dan kaki adalah suatu kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan gerak kepala, tangan dan kaki ke dalam rangkaian gerakan yang utuh, menyeluruh, dan terus menerus secara cepat dan tepat dalam irama gerak yang terkontrol. Jadi, koordinasi gerak mata-kaki-tangan-kepala merupakan kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan gerak mata, kaki, tangan, dan kepala dalam suatu rangkaian gerak yang harmonis dan gerak irama yang terkontrol.

3. Senam Irama

a. Pengertian Senam Irama

Anak usia 5-6 tahun berada pada usia yang ideal untuk belajar keterampilan-keterampilan yang berguna bagi anak bahkan dapat menjadi fondasi bagi keterampilan-keterampilan lain yang lebih tinggi tingkatannya di kemudian hari. Anak merasa senang mengulang-ulang sesuatu kegiatan keterampilan melalui latihan-latihan tertentu sampai ia berhasil menguasainya. Agar proses keterampilan yang diperlukan berjalan efektif, maka pelatihan tersebut harus terarah. Pada umumnya anak senang sekali mengikuti kegiatan motorik yang beraneka ragam. Peningkatan perkembangan motorik anak akan tercapai dengan berlatih secara terarah (Mahmud, 1996: 129). Kegiatan motorik yang terarah untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak dapat melalui senam. Senam yang digunakan untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak yaitu senam yang diiringi dengan irama atau dapat juga disebut senam irama.

Senam berasal dari bahasa Yunani *Gymnastics* yang berarti telanjang. Kata *gymnastics* dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keleluasaan gerak sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal tersebut bisa terjadi karena pada zaman dulu teknologi pembuatan bahan pakaian belum semaju sekarang. Senam adalah bentuk latihan tubuh yang disusun secara sistematis dengan tujuan untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, dan kontrol tubuh (Mahendra, 2000: 9). Senam di Indonesia dibagi menjadi enam yaitu senam artistik, senam ritmik (senam irama), senam akrobatik, senam aerobik, senam trampolin, dan senam umum. Salah satu senam yang mudah dan menyenangkan untuk dilakukan bagi anak-anak adalah senam ritmik (senam irama).

Senam irama atau senam ritmik ialah bentuk-bentuk senam yang merupakan perpaduan antara berbagai bentuk gerakan dengan irama yang mengiringinya. Misalnya seperti irama tepukan, ketukan, nyanyian, dan musik. Prinsip dari senam irama adalah adanya kelenturan tubuh di dalam melakukan gerakan dan berkesinambungan antara gerakan yang satu dengan gerakan yang lainnya sesuai dengan irama. Melalui senam irama akan menciptakan variasi gerakan, keindahan-keindahan bentuk gerakan, dan membentuk gerakan melalui koordinasi organ tubuh dengan irama (Syarifuddin & Muhadi, 1991: 117).

Sutisna, Pribadi, E., Sudadi, O., dkk. (2004: 68) mengemukakan bahwa senam irama adalah senam yang diiringi dengan irama dan gerakannya harus selalu mengikuti irama. Senam irama mengutamakan gerakan yang indah. Keindahan gerak tubuh dalam melakukan senam irama merupakan perpaduan gerakan

harmonis dari koordinasi anggota tubuh. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa senam irama adalah perpaduan gerakan senam yang menciptakan keindahan gerak sesuai dan selalu mengikuti irama yang mengiringinya dengan tujuan tertentu.

b. Prinsip-prinsip Senam Irama

Senam irama memiliki beberapa prinsip yang penting dan harus diperhatikan. Prinsip-prinsip tersebut meliputi: irama, fleksibilitas, dan kontinuitas (Woerjati, Mulyaningsih, Sukoco, P., dkk., 1996: 45).

1) Irama

Senam irama dilaksanakan dengan memperhatikan hal yang mendasar yaitu mengenal dan merasakan irama yang berasal dari lagi-lagu. Setelah mengenal dan dapat merasakan irama, dengan sendirinya tubuh akan bergerak dengan mudah menyesuaikan ketukan irama pada lagu. Oleh karena itu, untuk dapat mengenal dan merasakan suatu irama dari lagu dengan bentuk gerak, maka diperlukan suatu latihan. Pembagian metodik senam dalam latihan menurut Woerjati, dkk (1996: 45) adalah sebagai berikut.

Irama lagu yang ada dalam nyanyian dibedakan menjadi irama 2/4, 4/4, 3/4, dan 6/8. Penggunaan masing-masing irama lagu tersebut dalam kegiatan senam irama berbeda-beda, tergantung latihan-latihan yang sedang dilakukan. Irama lagu yang digunakan pada saat pemanasan akan berbeda dengan irama lagu yang digunakan pada saat latihan inti dan penenangan.

a) Pemanasan

Saat melakukan pemanasan, seorang guru harus mampu membawa badan anak kepada temperatur yang lebih tinggi dengan suasana yang menyenangkan dan mudah diikuti. Pemanasan dilakukan dengan durasi waktu yang tidak lama. Contoh lagu yang dapat dipilih untuk pemanasan adalah Potong Bebek Angsa, Gelang Sipatu Gelang, Lompat-lompat Kukatak, Naik-naik ke Puncak Gunung, Burung Kakak Tua, Naik Delman, dan Kalau Kau Senang Hati.

b) Latihan tubuh (tegak)

Latihan tubuh mengandung unsur-unsur normalisasi, maka latihan yang digunakan yaitu gerakan yang bersifat melemaskan dan dilakukan dengan gerakan yang benar. Melalui latihan tubuh pada saat senam mampu meningkatkan keseimbangan, kekuatan, dan ketangkasan pada anak. Lagu yang dapat digunakan dalam latihan ini adalah lagu dengan irama 3/4 lambat atau 4/4 seperti lagu Naik-Naik ke Puncak Gunung, Naik Delman, dan Burung Kakak Tua.

c) Penenangan

Setelah melakukan pemanasan dan latihan tubuh maka dibutuhkan penenangan atau biasa disebut dengan pendinginan. Pada bagian penenangan ini, tubuh dikembalikan lagi kepada suhu normal sebelum pemanasan menggunakan irama yang lebih lambat.

2) Fleksibilitas

Fleksibilitas merupakan kelenturan dari gerakan tubuh. Misalnya adalah saat membungkukkan badan, meliuk ke samping, memilin, dan sebagainya. Latihan ini sangat penting dilakukan agar anak memiliki gerakan yang luwes atau tidak kaku.

3) Kontinuitas

Gerakan-gerakan pada senam irama adalah gerakan yang berkesinambungan antara gerakan satu dengan gerakan lainnya. Suatu gerakan yang berbeda satu dengan lainnya dihubungkan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip yang harus diperhatikan dalam senam irama adalah irama, fleksibilitas, dan kontinuitas. Irama yang digunakan pada pemanasan, latihan tubuh, dan penenangan memiliki ketukan yang berbeda sesuai dengan tujuan masing-masing, fleksibilitas melatih anak agar memiliki gerakan yang luwes, dan senam irama juga harus memberikan gerakan yang berkesinambungan atau kontinuitas.

c. Dasar-dasar Sikap dan Gerak Senam Irama

Pada kegiatan senam irama yang harus dilakukan oleh guru adalah mengajarkan dasar-dasar sikap dan gerak secara khusus, terutama sikap-sikap dan gerakan-gerakan dasar yang harus dikuasai oleh anak dalam mempelajari senam irama. Berikut ini adalah macam-macam sikap dasar dan gerak dalam melakukan senam irama menurut Woerjati, dkk (1996: 49):

1) Sikap

Beberapa macam sikap berdiri, sikap duduk, sikap berlutut, duduk berlutut, dan sebagainya. Pada sikap berdiri ada dua macam sikap yang biasa digunakan ialah sikap tegak dan sikap permulaan:

- a) Sikap tegak, yaitu sikap badan yang berdiri tegak dengan kedua tangan rapat di samping badan. Sikap tegak dibedakan menjadi dua macam yaitu sikap tegak anjur dan sikap tegak langkah. Sikap tegak anjur adalah sikap berdiri tegak

dengan kaki membuka, berat badan pada salah satu kaki, dan pandangan ke depan. Sedangkan sikap tegak langkah adalah sikap badan berdiri tegak dengan salah satu kaki sebagai tumpuan dan kaki lainnya ditekek.

- b) Sikap permulaan adalah sikap permulaan sebelum latihan akan dimulai. Sikap permulaan terdiri dari sikap tegak anjur kiri kedua lengan terentang, sikap tegak anjur kedua lengan lurus ke samping, sikap tegak anjur kedua lengan lurus ke atas, sikap tegak anjur kiri dengan lengan kanan lurus ke depan lengan kiri dan lengan kiri lurus ke samping atau sebaliknya, sikap tegak langkah dengan kedua lengan lurus ke depan, sikap tegak langkah dengan kedua lengan lurus ke atas, dan sikap tegak langkah dengan kedua lengan lurus ke belakang.

2) Gerak

Dasar gerak senam irama yang banyak variasi dan biasa digunakan untuk bergerak adalah gerak lengan dan gerak dari kaki, maka dasar gerak itu dibedakan menjadi dasar gerak lengan dan dasar gerak kaki.

- a) Dasar gerak lengan, yaitu gerak lengan yang terdiri dari ayunan satu lengan, ayunan dua lengan, gerak pendel, dan gerak putaran.
- b) Dasar gerak ayunan kaki, yaitu gerak ayunan kaki untuk latihan keseimbangan. Gerak ayunan kaki terdiri dari ayunan kaki, gerakan ayunan menyilang, dan latihan angkat kaki dan paha.
- c) Dasar gerak latihan jalan/ langkah. Beberapa macam gerakan jalan dalam senam irama yang harus dimengerti dan dipelajari oleh anak-anak ialah: langkah biasa, langkah rapat, langkah keseimbangan, langkah depan, langkah tiga, langkah

silang, langkah samping, langkah ganti, langkah lingkaran, langkah pantul, langkah silang lingkaran, langkah putar silang, dan langkah sepak.

- d) Dasar gerak loncat pada prinsipnya jenis latihan loncat diambil dari latihan langkah di mana gerakan melangkah diganti dengan gerakan meloncat. Jenis latihan loncat antara lain loncat biasa, loncat rapat, loncat depan, loncat silang, loncat samping, loncat ganti, loncat lingkaran, loncat silang lingkaran, loncat ayun, dan loncat sepak.

Berdasarkan hal tersebut maka dalam melakukan kegiatan senam irama guru harus mengajarkan dasar-dasar sikap dan gerak secara khusus, terutama sikap-sikap dan gerakan-gerakan dasar yang harus dikuasai oleh anak dalam mempelajari senam irama. Dari gerakan dasar kemudian dilanjutkan dengan melatih gerakan-gerakan yang lebih kompleks.

d. Metode Mengajar Senam Irama

Woerjati, dkk (1996: 73) mengatakan bahwa pada prinsipnya metode mengajar senam irama sama dengan metode mengajar senam biasa yang menggunakan model Austria yang terdiri dari:

1) Latihan Pemanasan

Sebelum melakukan kegiatan inti pada senam irama perlu dilakukan latihan pemanasan. Adapun tujuan dari latihan pemanasan adalah sebagai berikut:

- a) Memenuhi hasrat gerak, di mana sebelumnya anak hanya duduk berjam-jam dibangku sekolah.
- b) Membawa/ menyiapkan panas badan anak kepada panas optimal (yang sebaik-baiknya) agar anak siap menerima latihan berikutnya.

c) Membawa jiwa dan raga anak kepada suatu pelajaran pendidikan jasmani.

Untuk dapat mencapai tujuan di atas, maka latihan pemanasan hendaknya mempunyai sifat-sifat sebagai berikut:

- a) Dapat menarik perhatian anak dan menyenangkan
- b) Latihan dapat mendukung anak menggerakkan seluruh anggota badannya
- c) Latihan tidak melelahkan
- d) Gerakan mudah diikuti oleh anak

2) Latihan Inti

Setelah melakukan latihan pemanasan, maka langkah selanjutnya adalah melakukan latihan inti. Latihan inti dibagi menjadi beberapa bagian yaitu:

a) Latihan Tubuh

Latihan tubuh bertujuan untuk memperbaiki posisi tulang akibat kesalahan sikap duduk yang terlalu lama di kelas dan menghilangkan ketegangan-ketegangan otot yang sering mengganggu gerakan.

b) Latihan Keseimbangan

Pemeliharaan latihan keseimbangan tergantung dari bidang tumpuan dan jarak antar titik berat badan dengan bidang tumpuan. Jika bidang tumpuan besar, maka akan lebih mudah menjaga keseimbangan daripada bidang tumpuan kecil. Selain itu, jarak antar titik berat badan dengan bidang tumpuan yang semakin pendek menyebabkan gerakan menjaga keseimbangan menjadi lebih sulit dari pada berjalan jongkok di atas balok keseimbangan.

c) Latihan Kekuatan dan Ketangkasan

Maksud dari latihan ini adalah agar gerakan dapat dilaksanakan dengan wajar dan ekonomis serta mempercepat reaksi koordinasi otot. Latihan pembentukan gerak secara fungsional dapat dibagi menjadi gerak kekuatan, gerak kecepatan, gerak mendadak, dan gerak ketahanan.

d) Latihan Jalan, Lari, dan Lompat

Latihan jalan bertujuan untuk pembentukan gerak dasar. Latihan jalan merupakan pencapaian prestasi dari ketangkasan. Latihan jalan biasanya dikombinasikan dengan latihan lari dan lompat yang akan menciptakan beberapa variasi gerakan.

3) Latihan Penenangan

Bagian terakhir dari metode mengajar senam irama adalah latihan penenangan. Latihan penenangan memiliki tujuan antara lain:

- a) Membawa temperatur badan anak kembali ke temperatur badan yang normal
- b) Membawa suasana anak tenang untuk masuk ke dalam kelas dan menerima pembelajaran.

Jadi, untuk mengajarkan senam irama pada anak usia dini harus memperhatikan prinsip mengajar agar tercapai tujuan yang diinginkan. Latihan pemanasan bertujuan untuk membawa suhu badan anak ke suhu yang lebih tinggi, latihan pemanasan terdiri dari latihan tubuh, latihan keseimbangan, latihan kekuatan dan ketangkasan, latihan jalan, lari, dan lompat, serta latihan penenangan yang bertujuan untuk membawa suhu tubuh anak ke suhu yang lebih rendah.

e. Irama, Senam, dan Keterampilan Motorik Kasar Anak

Irama adalah bagian dari kehidupan dan perkembangan jiwa manusia. Sejak dilahirkan, anak telah memiliki beberapa aspek tertentu dari musik yang menjadi bagian pengalaman alami dari kehidupan anak. Melalui musik dapat dijadikan sebagai wadah segala jenis pendidikan di taman kanak-kanak. Anak-anak belajar melalui musik sambil bermain karena sifatnya yang ingin bergerak. Nilai pengalaman musik pada anak menjadi bagian penting dan sebagai bagian penting dari kehidupan sehari-hari masa kanak-kanak. Melakukan kegiatan bermusik diiringi gerakan tubuh sangat berhubungan erat, karena irama lagu dapat mempengaruhi dan mengendalikan pusat syaraf anak (Kamtini & Tanjung, 2005: 99). Greenberg (dalam Kamtini dan Tanjung, 2005: 100) menyatakan bahwa pengalaman-pengalaman musik dapat mengembangkan kemampuan anak-anak untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya melalui musik serta musik melalui suaranya sendiri dan melalui gerak tubuh anak. Pengalaman-pengalaman musik pada anak-anak menjadi dasar bagi perkembangan mentalnya. Untuk memberikan pengalaman musik dan pengalaman gerak kepada anak maka digunakanlah kegiatan senam irama. Pemilihan senam sebagai metode untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak karena sesuai dengan pendapat Galluhe dalam Samsudin (2008: 13) yang menyatakan bahwa untuk mengembangkan pola-pola gerak anak sebaiknya dilakukan melalui aktivitas seperti menari, olahraga, dan senam.

Senam irama adalah perpaduan gerakan senam yang menciptakan keindahan gerak sesuai dan selalu mengikuti irama yang mengiringinya dengan tujuan

tertentu. Tujuan dari senam irama yang dilakukan yaitu untuk merangsang perkembangan motorik kasar anak melalui pengalaman-pengalaman musik. Senam irama memberikan kesempatan kepada anak untuk mengekspresikan dirinya melalui gerakan tubuh yang indah sesuai dengan irama musik yang didengarnya. Prinsip-prinsip senam irama yang penting dan harus diperhatikan adalah irama, fleksibilitas, dan kontinuitas serta mencakup bagian metode pengajaran senam irama yaitu pemanasan, inti, dan pendinginan.

Anak-anak sangat ahli dalam memadukan gerakan dengan suara, gambar dengan musik, dan gerakan fisik dengan rangsangan visual. Membantu anak-anak melatih gerakan yang sesuai dengan musik, maka akan menyediakan penyaluran yang baik bagi penyaluran emosi dengan merasakan emosi melalui gerakan, suara, sikap tubuh, serta bentuk tubuh. Selain itu, musik dapat juga meredam emosi negatif anak-anak menjadi emosi yang positif. Seorang anak akan menunjukkan reaksi dengan keseluruhan tubuhnya terhadap lagu yang sama jika didengarkan berulang-ulang. Gerakan tersebut memegang peranan penting dalam sistem koordinasi tubuh anak yang saling berhubungan erat. Aktif secara fisik akan membantu memperhalus kemampuan motorik dan koordinasi tubuh, yang pada akhirnya memperhalus refleks mental dan mendorong perkembangannya (Sheppard, 2007: 61).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa melalui irama anak memperoleh pengalaman musik, sedangkan melalui kegiatan senam anak akan memperoleh pengalaman gerak. Pengalaman gerak yang didapatkan dari latihan-latihan anak saat bergerak sesuai dengan irama musik akan berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak. Latihan-latihan tersebut membantu anak dalam menguasai gerak tubuh

yang terkoordinasi. Melalui senam irama memberikan kesempatan kepada anak untuk mengekspresikan dirinya melalui gerakan-gerakan tubuh yang terkoordinasi sehingga mampu meningkatkan keterampilan motorik kasarnya

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Setyaningrum (2013) tentang “Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B melalui Senam Irama di TK Dharma Wanita II Candimulyo Kecamatan Kedu Kabupaten Temanggung” menyatakan bahwa senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak yang meliputi koordinasi lengan dan kaki serta kelentukan. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya peningkatan yang terjadi dari sebelum diberikan perlakuan sebesar 47,58% hingga diberikan perlakuan yang menunjukkan tingkat keberhasilan sebesar 70,63% pada Siklus I dan pada Siklus II meningkat menjadi 81,44%.

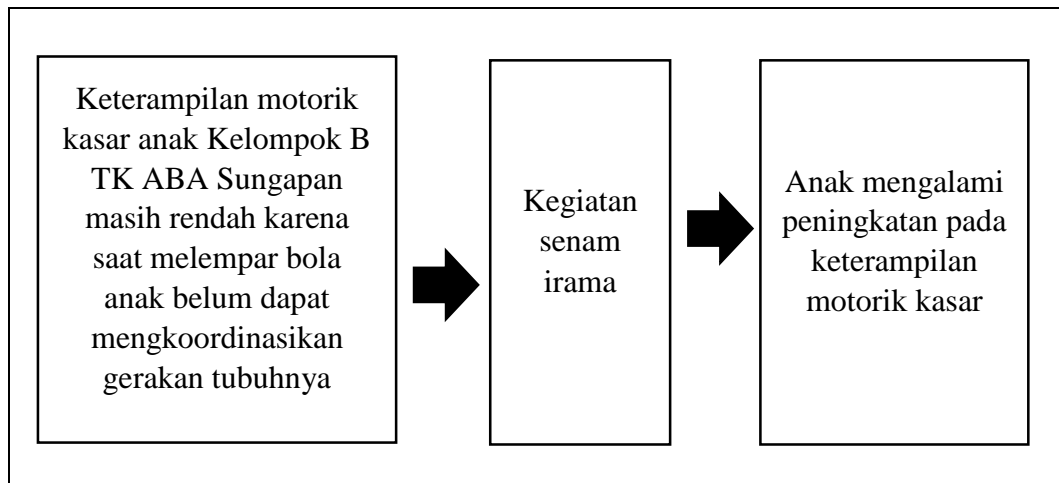
Penelitian yang dilakukan oleh Myka Siagawati (2013) tentang “Meningkatkan Koordinasi Gerak Kaki, Tangan, dan Kepala Anak melalui Kegiatan Gerak Berirama pada Kelompok B TK Dharma Wanita Kwaraan Lendah Kulon Progo Tahun Ajaran 2012/ 2013” menyimpulkan bahwa terjadi adanya peningkatan koordinasi gerak kaki, tangan, dan kepala sebelum tindakan pada kriteria mampu sebesar 48% setelah dilakukan tindakan pada Siklus I meningkat yaitu 64%. Hasil yang ditunjukkan pada Siklus I belum mencapai indikator keberhasilan yang diinginkan peneliti sebesar 75%, maka dilakukan tindakan berikutnya pada Siklus II, hasil dari Siklus II menunjukkan peningkatan koordinasi gerak kaki, tangan, dan kepala yaitu 82%.

Hal yang membedakan penelitian ini dengan kedua penelitian di atas adalah dalam penelitian ini akan mengkaji mengenai upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama di mana tempat penelitiannya dalam hal ini TK ABA Sungapan, sedangkan keterampilan motorik kasar mencakup indikator kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Persamaan kedua penelitian di atas dengan penelitian ini adalah sama-sama bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama.

C. Kerangka Berpikir

Perkembangan motorik kasar anak usia dini merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Perkembangan motorik kasar dapat mempengaruhi aspek perkembangan lainnya. Maka dari itu agar perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun dapat berkembang secara optimal dibutuhkan pemilihan metode pembelajaran yang tepat untuk merangsang perkembangan motorik kasar anak, salah satunya adalah dengan senam irama. Senam irama memberikan pengalaman gerak secara langsung kepada anak sehingga anak dapat belajar gerak dengan mudah dan mendapatkan keterampilan motorik kasar yang baik seperti keseimbangan, kelenturan, kelincahan, dan koordinasi. Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak Kelompok B TK ABA Sungapan.

Berdasarkan paparan di atas, maka alur kerangka berpikir dalam penelitian tindakan kelas ini dapat dilihat pada Gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Berpikir

D. Hipotesis

Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berpikir tersebut, maka hipotesis diajukan dalam penelitian ini adalah senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan Tirtirahayu, Galur, Kulon Progo.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian Tindakan

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Arikunto (2010: 2) penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang memaparkan terjadinya sebab-akibat dari perlakuan, sekaligus memaparkan apa saja yang terjadi ketika perlakuan diberikan, dan memaparkan seluruh proses sejak awal pemberian perlakuan sampai dengan dampak dari perlakuan tersebut untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Jadi, penelitian ini merupakan penelitian yang memaparkan masalah yang muncul kemudian diberikan perlakuan dan menjelaskan proses pemberian perlakuan dari awal sampai akhir sehingga akan meningkatkan kualitas pembelajaran.

Penelitian yang dilakukan dalam bentuk penelitian tindakan kolaboratif. Pada penelitian kolaboratif peneliti berkolaborasi dengan guru kelas. Peneliti berkolaborasi dengan guru mulai dari tahap awal hingga tahap akhir dengan perencanaan yang matang. Pada penelitian ini, penelitian tindakan kelas bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama di TK ABA Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo.

B. Waktu Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas tentang Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B melalui Senam Irama di TK ABA Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo dilaksanakan selama satu bulan pada bulan Januari sampai dengan Februari 2018.

C. Deskripsi Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di TK Aisyiyah Bustanul Athfal Sungapan yang terletak di Desa Sungapan, Kelurahan Tirtorahayu, Kecamatan Galur, Kabupaten Kulon Progo. TK ABA Sungapan merupakan lembaga pendidikan anak usia dini di bawah naungan yayasan Aisyiyah. TK ABA Sungapan berdiri sejak tahun 1986. Tanah untuk mendirikan TK ABA Sungapan merupakan tanah wakaf yang berada pada tanah yang sama dengan tanah wakaf untuk mendirikan masjid. Di antara masjid dan TK terdapat tanah kosong yang dijadikan sebagai halaman untuk kedua bangunan. Halaman tersebut cukup luas sehingga dapat dijadikan tempat untuk bermain dan melakukan kegiatan motorik kasar.

Gedung TK ABA Sungapan terdiri dari beberapa bagian yaitu; satu ruang kantor, satu ruang kelas, satu ruang UKS, satu ruang dapur, dua kamar mandi, satu ruang alat main *indoor*, dan satu bangunan lagi untuk tempat bermain *outdoor*. Ruang UKS, ruang dapur, dan ruang main *indoor* terletak pada satu ruang yang diberi pembatas dari kayu. Di dalam ruang UKS terdapat sebuah tempat tidur, sebuah kasur, dan sebuah meja; di dapur terdapat galon air, gelas, teko air, dan sebuah kompor; sedangkan untuk ruang main *indoor* terdapat sebuah rak dari kayu, sebuah meja, beberapa APE, dan sebuah televisi beserta pemutar DVD. Di dalam ruang guru terdapat 3 meja, 4 kursi, dan sebuah almari untuk menyimpan berkas-berkas penting. Ruang kelas terdiri dari sebuah rak buku untuk anak-anak, 8 buah meja, 16 kursi, sebuah papan tulis dari kayu, sebuah papan absen, dan sebuah papan tata tertib siswa dan guru Aisyiyah Bustanul Athfal.

TK Aisyah Bustanul Athfal Sungapan memiliki beberapa alat permainan *indoor* maupun *outdoor*. Alat permainan *outdoor* terdiri dari satu papan seluncur, satu ayunan, satu jungkat-jungkit, satu bola dunia, dan satu mangkuk putar, sedangkan alat permainan *indoor* terdiri dari balok kayu dan *puzzle*. Anak-anak menggunakan alat permainan *outdoor* saat istirahat, namun dalam penggunaannya anak lebih banyak duduk di atas papan seluncur, ayunan, dan jungkat jungkit tanpa digerakkan. Anak-anak di TK Aisyah Bustanul Athfal Sungapan lebih senang bermain dengan alat permainan *indoor* yaitu balok kayu.

Akses jalan menuju TK ABA Sungapan sudah baik, jalanan sudah di cor. Jarak TK ABA Sungapan dengan jalan raya pun tidak terlalu jauh. TK ABA Sungapan berada di daerah rendah dan dikelilingi oleh sungai-sungai. Jika musim penghujan tiba, tidak jarang kalau sungai-sungai tersebut meluap sehingga mengakibatkan banjir di lingkungan sekitar berdirinya TK. Maka dari itu, semenjak beberapa tahun yang lalu setelah sempat terendam banjir, gedung TK dibuat lebih tinggi dari tanah untuk mengantisipasi banyaknya air yang masuk ke dalam gedung.

D. Subjek dan Karakteristiknya

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Kelompok B TK Aisyiyah Bustanul Athfal Sungapan sejumlah 13 anak yang terdiri dari 8 siswa laki-laki dan 5 siswa perempuan. Siswa Kelompok B TK ABA Sungapan berusia 5-6 tahun. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, anak memiliki tingkat pencapaian perkembangan yang hampir sama dalam setiap aspek perkembangannya. Sesuai dengan hal tersebut, saat peneliti melakukan observasi pada gerak dasar aspek perkembangan motorik kasar sehari-hari menunjukkan bahwa anak-anak dapat melakukan gerakan

berjalan, berlari, mendaki, meloncat, dan menyepak. Namun, saat menangkap dan melempar bola anak-anak masih mengalami kesulitan dalam mengkoordinasikan gerakan mata, kaki, kepala, dan tangan mereka. Arah bola yang datang untuk ditangkap terkadang meleset dan jatuh begitu saja, sedangkan saat melempar bola yang dilempar belum tepat pada target lemparannya.

E. Skenario Tindakan

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan model spiral dari Kemmis dan Mc. Taggart (dalam Arikunto, 2010: 17) di mana penelitian akan dilakukan dalam dua siklus dengan empat tahapan pada setiap siklusnya. Empat tahapan tersebut terdiri dari:

1. Perencanaan

Perencanaan adalah tahapan awal yang dilakukan oleh guru ketika akan memulai tindakan. Adapun perencanaan yang dilakukan sebelum pelaksanaan tindakan adalah sebagai berikut:

- a. Membuat RPPH yang berisi tentang materi yang akan disampaikan sesuai dengan model pembelajaran yang akan digunakan. RPPH disusun dan dikonsultasikan kepada guru kelas dan kepala sekolah terlebih dahulu.
- b. Menyiapkan sarana dan media yang akan dipergunakan dalam kegiatan PTK. Pada penelitian ini, dipergunakan musik senam dan *speaker*.
- c. Menyusun kisi-kisi observasi menggunakan indikator motorik kasar anak usia 5-6 tahun.
- d. Mempersiapkan media dokumentasi seperti kamera atau *handy cam*.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan adalah implementasi dari perencanaan yang sudah dibuat. Peneliti dan guru melaksanakan pembelajaran sesuai dengan rencana, menjalankan proses pembelajaran secara bersama-sama, dan dilaksanakan sesuai dengan panduan dari RPPH yang telah dibuat. Hal-hal yang harus diperhatikan adalah kesesuaian antara pelaksanaan tindakan dengan rencana, kelancaran proses yang dilakukan oleh siswa, situasi selama tindakan, semangat siswa, dan hasil keseluruhan tindakan. Pada penelitian ini peneliti dan guru melakukan gerakan senam irama bersama-sama dengan anak-anak Kelompok B di TK ABA Sungapan.

3. Pengamatan

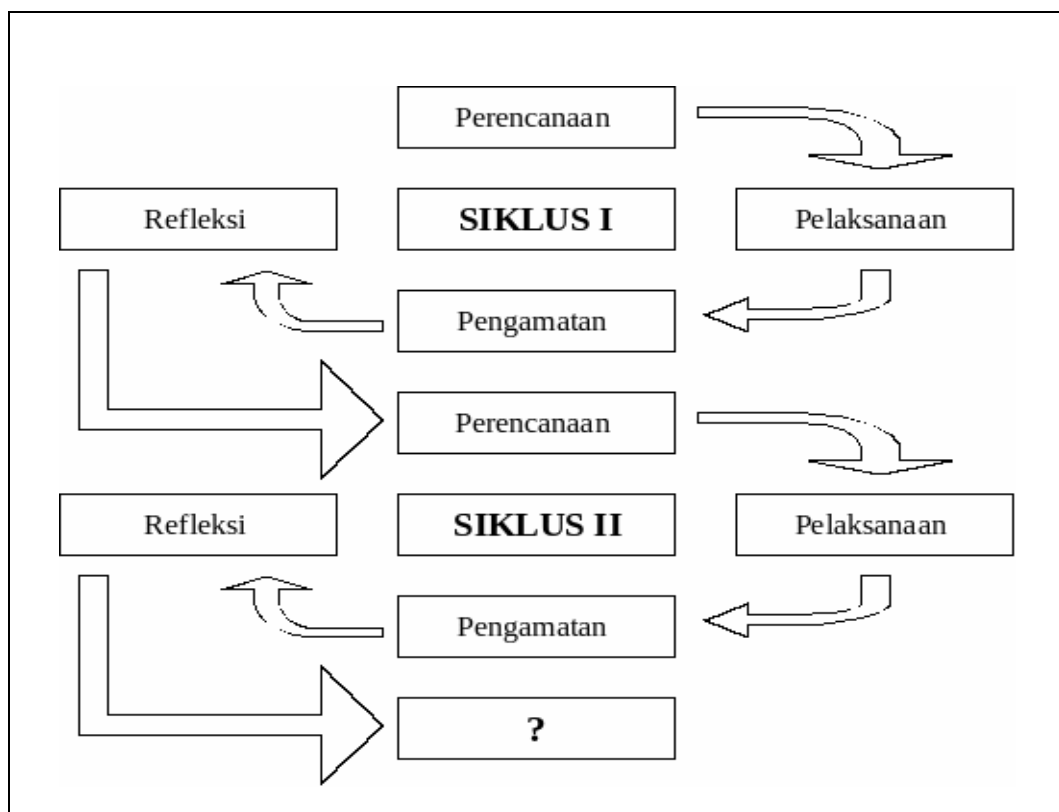
Pengamatan merupakan proses mencermati jalannya pelaksanaan tindakan. Peneliti bekerjasama dengan guru untuk mengamati objek selama kegiatan. Guru dan peneliti mengamati dan mencatat gejala-gejala yang tampak selama kegiatan. Pengamatan dilakukan dengan mengisi lembar observasi *checklist* dan mencatat kemampuan anak dalam mengikuti kegiatan senam irama. Selain melakukan observasi secara langsung, peneliti juga mendokumentasikan kegiatan senam irama dengan mengambil foto dan video agar memudahkan dalam proses penelitian.

4. Refleksi

Refleksi adalah langkah mengingat kembali kegiatan yang telah dilakukan oleh guru dan siswa. Peneliti bersama guru melakukan analisis dan diskusi terhadap data yang telah diperoleh pada lembar observasi untuk melakukan penilaian terhadap hasil belajar anak. Penilaian tersebut untuk mengetahui seberapa jauh pencapaian perkembangan anak terhadap kegiatan senam irama yang dilakukan.

Setelah dilakukan penilaian, diadakan evaluasi terhadap tindakan pembelajaran yang telah dilakukan. Hasil refleksi dan evaluasi dijadikan sebagai dasar untuk perbaikan pada siklus selanjutnya.

Untuk lebih jelasnya maka tahapan Penelitian menurut Kemmis dan Mc. Taggart (dalam Arikunto, 2010: 17) dapat dilihat pada Gambar 2 berikut:



Gambar 2. Siklus Penelitian Tindakan Kelas Model Kemmis dan Mc. Taggart (Sumber: Arikunto, 2010:17)

F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk memperoleh data yang dibutuhkan (Arikunto, 2010: 175). Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian (Sanjaya, 2009: 84). Teknik dan instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan

dokumentasi. Menurut Creswell (dalam Herdiansyah, 2013: 130) mengatakan bahwa observasi adalah sebagai sebuah proses penggalan data yang dilakukan langsung oleh peneliti dengan cara melakukan pengamatan secara detail terhadap manusia sebagai objek observasi dan lingkungannya. Herdiansyah (2013: 131) mendefinisikan observasi sebagai suatu proses melihat, mengamati, dan mencermati “merekam” perilaku secara sistematis untuk suatu tujuan tertentu yang dapat digunakan untuk memberikan suatu kesimpulan atau diagnosis. Observasi adalah cara pengumpulan data untuk mendapatkan informasi dengan pengamatan langsung terhadap sikap dan perilaku anak.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa observasi adalah proses melihat, mengamati, dan mencermati secara langsung sikap dan perilaku anak yang dapat digunakan untuk memberikan suatu kesimpulan atau diagnosis. Dalam melakukan observasi, peneliti memerlukan data pendukung. Data pendukung tersebut didapatkan dari teknik pengumpulan data berupa dokumentasi yang digunakan untuk mendokumentasikan data-data tentang proses pembelajaran yang menggambarkan langkah-langkah kongkrit yang dipraktikkan guru dalam proses pembelajaran. Dokumentasi mencakup dokumentasi foto maupun video dan portofolio anak.

Pengamatan atau observasi dilakukan dengan acuan berupa kisi-kisi instrumen penelitian di mana instrumen tersebut merupakan penjabaran dari STPPA 5-6 tahun lingkup perkembangan fisik-motorik dalam Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini. Kisi-kisi instrumen dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Aspek Perkembangan	STPPA (Permendikbud Nomor 137 Tahun 2014)	Aspek yang diamati	Deskripsi
Motorik kasar	- Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan	Kelenturan	Menunjukkan gerakan persendian yang tidak kaku saat kegiatan senam irama
		Keseimbangan	Menjaga posisi tubuh agar tidak jatuh baik pada saat bergerak maupun diam saat kegiatan senam irama
		Kelincahan	Melakukan gerak perubahan arah dan reaksi yang cepat saat kegiatan senam irama

Berdasarkan kisi-kisi instrumen di atas maka disusun rubrik penilaian pada indikator kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Rubrik penilaian kelenturan bertujuan untuk mengetahui gerakan persendian yang tidak kaku saat kegiatan senam irama. Rubrik penilaian kelenturan gerak dapat dilihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Rubrik Penilaian Kelenturan Gerak

Kriteria	Skor	Indikator
		Kelenturan
Sangat Lentur	4	Anak menunjukkan gerakan yang lentur atau tidak kaku dan dapat mengkoordinasikan gerak anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama
Lentur	3	Anak menunjukkan gerakan yang lentur pada sebagian dari anggota tubuhnya dan dapat mengkoordinasikan gerakan saat mengikuti senam irama
Cukup Lentur	2	Anak menunjukkan gerakan yang kurang lentur serta belum dapat mengkoordinasikan gerakan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama.
Kurang Lentur	1	Anak belum mau mengikuti kegiatan senam irama

Selanjutnya adalah rubrik penilaian pada indikator keseimbangan bertujuan untuk mengetahui kemampuan anak dalam menjaga posisi tubuh agar tidak jatuh baik pada saat bergerak maupun diam saat kegiatan senam irama. Rubrik penilaian keseimbangan gerak dapat dilihat pada Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Rubrik Penilaian Keseimbangan Gerak

Kriteria	Skor	Indikator
		Keseimbangan
Sangat Seimbang	4	Anak mampu menjaga keseimbangan tubuh dan dapat mengkoordinasikan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama
Seimbang	3	Anak mampu menjaga keseimbangan tubuhnya, namun belum dapat mengkoordinasikan gerakan saat mengikuti senam irama
Cukup Seimbang	2	Anak mampu menjaga keseimbangan tubuhnya namun sesekali terjatuh, serta belum dapat mengkoordinasikan gerakan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama
Kurang Seimbang	1	Anak belum mau mengikuti kegiatan senam irama

Rubrik penilaian pada indikator kelincihan bertujuan untuk mengetahui kemampuan anak dalam melakukan gerak perubahan arah dan reaksi yang cepat saat kegiatan senam irama. Rubrik penilaian kelincihan gerak dapat dilihat pada Tabel 4 berikut:

Tabel 4. Rubrik Penilaian Kelincahan Gerak

Kriteria	Skor	Indikator
		Kelincahan
Sangat Lincih	4	Anak menunjukkan gerakan tubuh yang lincih dan dapat mengkoordinasikan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama
Lincih	3	Anak menunjukkan gerakan tubuh yang lincih, namun belum dapat mengkoordinasikan gerakan saat mengikuti senam irama
Cukup Lincih	2	Anak menunjukkan gerakan tubuh yang kurang lincih, serta belum dapat mengkoordinasikan gerakan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama
Kurang Lincih	1	Anak belum mau mengikuti kegiatan senam irama

G. Kriteria Keberhasilan Tindakan

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang bertujuan untuk memperbaiki kondisi pembelajaran, dalam hal keterampilan motorik kasar anak Kelompok B di TK ABA Sungapan. Sehubungan dengan hal tersebut penelitian ini dikatakan berhasil apabila semua indikator telah mencapai Persentase sebesar 76% yang berada pada kriteria sangat tinggi.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah suatu proses mengolah dan menginterpretasi data untuk mendapatkan informasi sehingga memiliki makna yang jelas sesuai dengan

tujuan penelitian. Analisis data dalam Penelitian Tindakan Kelas dapat dilakukan dengan menggunakan analisis kualitatif dan analisis kuantitatif. Analisis data kualitatif digunakan untuk menentukan peningkatan proses belajar khususnya berbagai tindakan yang dilakukan guru, sedangkan analisis data kuantitatif digunakan untuk menentukan peningkatan hasil belajar siswa sebagai pengaruh dari setiap tindakan yang dilakukan guru (Sanjaya, 2011: 106).

Peneliti mengumpulkan data yang diperoleh kemudian menyeleksi hingga mendapatkan kesimpulan yang bermakna dari data tersebut. Selanjutnya data diolah menggunakan teknik analisis data kualitatif dan teknik analisis data kuantitatif. Analisis data kualitatif pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui bagaimana peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak setelah dilakukan kegiatan senam irama. Sedangkan analisis data kuantitatif digunakan untuk mengetahui persentase peningkatan kemampuan motorik kasar anak setelah melakukan kegiatan senam irama. Yoni (2010: 176) memaparkan rumus menghitung data kuantitatif untuk mencari persentase sebagai berikut:

$$P = \frac{\text{skor keseluruhan yang diperoleh siswa}}{\text{jumlah anak x skor maksimum}} \times 100 \%$$

Data yang diperoleh dan telah dianalisis kemudian diinterpretasikan ke dalam empat tingkatan menurut Yoni (2010: 177) dapat dilihat pada tabel 5 berikut:

Tabel 5. Kriteria Perhitungan Persentase Skala Keberhasilan

No.	Kriteria	Persentase
1.	Sangat Tinggi	76% - 100%
2.	Tinggi	51% - 75%
3.	Sedang	26% - 50%
4.	Rendah	0% - 25%

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Pratindakan

Sebelum melakukan tindakan penelitian, peneliti melakukan pengamatan atau observasi untuk mengetahui kondisi awal keterampilan motorik kasar anak Kelompok B di TK ABA Sungapan. Observasi dilakukan pada hari Senin, 15 Januari 2018 saat guru melaksanakan kegiatan senam sebelum kegiatan pembelajaran. Senam yang dilakukan adalah dengan gerak dan lagu yang menjadi ciri khas dari yayasan Aisyiyah. Gerakan yang dilakukan terdiri dari bertepuk tangan, berjalan di tempat, merentangkan tangan, gerakan membungkukkan badan, mengangkat kedua tangan ke atas, gerakan membalikkan badan dengan melompat, dan meletakkan kedua tangan di pinggang. Ketika anak melakukan kegiatan senam terdapat beberapa anak yang belum mau mengikuti gerakan senam, ada juga yang masih ramai sendiri, anak terlihat kurang bersemangat, dan gerakan anak terlihat masih kaku.

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan dalam aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan belum berkembang dengan baik. Hal tersebut didukung dengan hasil pengamatan awal dan wawancara dengan guru, bahwa kegiatan motorik kasar di sekolah hanya dengan melakukan gerak dan lagu sederhana saja dan menunjukkan gerakan koordinasi motorik kasar yang belum terampil, semangat anak pun belum

nampak sehingga anak kurang antusias saat mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah.

Hasil observasi pratindakan yang dilakukan kepada seluruh anak Kelompok B TK ABA Sungapan mengenai keterampilan motorik kasar dapat dilihat melalui Tabel 6 berikut:

Tabel 6. Hasil Observasi Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan

No.	Indikator	Pratindakan (%)	Kriteria
1.	Kelenturan	28,85%	Cukup Lentur
2.	Keseimbangan	28,85%	Cukup Seimbang
3.	Kelincahan	25%	Kurang Lincah
Keterampilan Motorik Kasar		27,57%	Sedang

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa pada kondisi awal sebelum dilakukannya tindakan, (a) pada aspek kelenturan menunjukkan 28,85% dengan kriteria cukup lentur, anak menunjukkan gerakan yang kurang lentur serta belum dapat mengkoordinasikan gerakan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama.; (b) aspek keseimbangan 28,85% dengan kriteria cukup seimbang, anak mampu menjaga keseimbangan tubuhnya namun sesekali terjatuh, serta belum dapat mengkoordinasikan gerakan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama (c) aspek kelincahan menunjukkan 25% dengan kriteria kurang lincah, anak belum mau mengikuti kegiatan senam irama.

Dari hasil yang diperoleh saat pratindakan menunjukkan bahwa keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan pada indikator kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan yaitu 27,57% dengan kriteria sedang. Berdasarkan

hasil pengamatan tersebut menjadi dasar peneliti dalam melakukan tindakan penelitian yang bertujuan agar keterampilan motorik kasar anak dapat meningkat secara optimal melalui senam irama. Adapun irama yang digunakan dalam kegiatan senam irama menggunakan irama yang bervariasi agar anak-anak menjadi lebih tertarik dan antusias mengikuti kegiatan senam. Gerakan senam mencakup tiga bagian penting dalam mengajarkan senam yaitu pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan dengan harapan dapat merangsang perkembangan motorik kasar anak secara optimal.

2. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas Siklus I

a. Perencanaan Penelitian Tindakan Kelas

Pada tahap perencanaan tindakan Siklus I, peneliti mempersiapkan beberapa hal sebagai berikut:

- 1) Melakukan koordinasi dengan guru kelas sebagai kolaborator peneliti.
- 2) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH) sesuai dengan tema yang digunakan TK ABA Sungapan.
- 3) Mempersiapkan kelengkapan untuk senam irama, seperti: *speaker* dan musik untuk senam irama.
- 4) Mempersiapkan lembar observasi untuk melihat peningkatan keterampilan motorik kasar anak.
- 5) Mempersiapkan alat untuk mendokumentasikan kegiatan.

b. Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus I

1) Pertemuan Pertama Siklus I

Pertemuan pertama Siklus I dilaksanakan pada hari Senin, 22 Januari 2018 dengan tema Profesi. Di TK ABA Sungapan tidak dilaksanakan upacara bendera setiap hari Senin, maka dari itu ketika tiba waktunya masuk kelas digunakan untuk senam terlebih dahulu. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama ada 12 anak.

Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu kemudian guru menjelaskan manfaat senam bagi kesehatan tubuh dan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “minum susu tidak?”, dan sebagainya. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama. Kemudian menyanyikan “Kalau Kau Senang Hati” sambil tepuk dan menggerakkan badan. Setelah itu anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Guru memberikan contoh sikap siap, berdiri yang tegak, gerakan jalan di tempat, gerakan merentangkan kedua tangan, dan gerakan melompat. Setelah itu, guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi irama musik. Irama musik yang digunakan adalah irama musik “Senam Sehat Gembira”. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Anak-anak mengikuti gerakan senam dengan antusias.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Guru juga bertanya kepada anak “Apakah anak-anak senang mengikuti senam?” anak-anak

menjawab “Senang”. Guru mengingatkan kembali kepada anak-anak tentang manfaat senam, oleh karena itu anak-anak harus menggerakkan badannya dengan bersungguh-sungguh agar mendapatkan manfaat senam irama. Setelah anak merasa sudah tidak lelah lagi maka dilanjutkan dengan kegiatan pembelajaran seperti biasa.

2) Pertemuan Kedua Siklus I

Pertemuan kedua Siklus I dilaksanakan pada hari Rabu, 24 Januari 2018 dengan tema Profesi. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama ada 12 anak. Halaman sekolah menjadi sedikit licin karena hari sebelumnya turun hujan sehingga anak-anak harus lebih berhati-hati agar tidak terpeleset.

Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu kemudian guru menjelaskan manfaat senam bagi kesehatan tubuh dan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “tadi pamitan dengan orang tua tidak?”, dan sebagainya. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama. Kemudian menyanyikan “Kalau Kau Senang Hati” sambil tepuk dan menggerakkan badan. Setelah itu anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi irama musik. Irama musik yang digunakan adalah irama musik “Senam Sehat Gembira”. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Anak-anak mengikuti gerakan senam dengan antusias.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Guru meminta anak-anak untuk istirahat dan minum terlebih dahulu. Guru juga bertanya

kepada anak “Apakah anak-anak senang mengikuti senam?” anak-anak menjawab “Senang”. Guru mengingatkan kembali kepada anak-anak tentang manfaat senam, oleh karena itu anak-anak harus menggerakkan badannya dengan bersungguh-sungguh agar mendapatkan manfaat senam irama. Setelah anak merasa sudah tidak lelah lagi maka dilanjutkan dengan kegiatan pembelajaran seperti biasa.

3) Pertemuan Ketiga Siklus I

Pertemuan ketiga Siklus I dilaksanakan pada hari Jumat, 26 Januari 2018 dengan tema Profesi. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama ada 11 anak. Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu kemudian guru menjelaskan manfaat senam bagi kesehatan tubuh dan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “menggosok gigi atau tidak?”, dan sebagainya. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama. Kemudian menyanyikan “Naik Delman” sambil tepuk dan menggerakkan badan. Setelah itu anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi musik. Agar anak lebih antusias dalam kegiatan senam, maka guru menggunakan irama musik lain sebagai pengiring senam yaitu “Senam pinguin” dan “*Baby Shark*”. Guru bertanya kepada anak-anak “Siapakah yang tahu lagu *Baby Shark*?” hampir semua anak mengacungkan tangannya. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Anak-anak mengikuti gerakan senam dengan antusias.

Guru mengajak anak untuk mengikuti senam yang terdiri dari dua jenis ini karena durasi dari kedua senam ini hanya sebentar maka dilakukan pengulangan gerakan senam selain itu senam tersebut disukai oleh anak-anak karena gerakannya yang mudah dan unik. Gerakan senam yang pertama dilakukan adalah “Senam *Baby Shark*” kemudian gerakan “Senam Pinguin” dengan gerakan yang sudah dimodifikasi sesuai dengan tujuan peneliti yaitu meningkatkan keterampilan motorik kasar anak.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Anak-anak terlihat senang saat mengikuti kegiatan senam irama. Guru meminta anak-anak untuk istirahat dan minum terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pembelajaran seperti biasa.

4) Pertemuan Keempat Siklus I

Pertemuan keempat Siklus I dilaksanakan pada hari Selasa, 30 Januari 2018 dengan tema Profesi. Kegiatan senam seharusnya dilaksanakan pada hari Senin, 29 Januari 2018 tetapi karena hujan maka senam ditiadakan dan diganti pada hari selanjutnya. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama ada 12 anak. Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu kemudian guru menjelaskan manfaat senam bagi kesehatan tubuh dan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “mandi tidak?”, “di jalan melihat apa?”, dan sebagainya. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama.

Kegiatan dimulai dengan menyanyikan “Naik Delman” sambil tepuk dan menggerakkan badan. Setelah itu, anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi irama musik. Senam irama menggunakan “Senam *Baby Shark*” dan “*Senam Pinguin*”. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Anak-anak mengikuti gerakan senam dengan antusias.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Anak-anak terlihat senang saat mengikuti kegiatan senam irama. Guru meminta anak-anak untuk istirahat dan minum terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pembelajaran seperti biasa.

c. Observasi Hasil Tindakan Siklus I

Selama pelaksanaan Siklus I guru dan peneliti melakukan pengamatan terhadap kemampuan motorik kasar anak. Pada awal pertemuan pertama Siklus I anak masih terlihat canggung dan kaku saat menggerakkan tubuhnya. Pada pertemuan kedua anak mulai bergerak dengan sedikit luwes, pertemuan ketiga anak menunjukkan gerakan yang mantab dan bersemangat, serta pada pertemuan keempat anak sudah mulai menunjukkan gerakan tubuh yang lebih luwes dalam mengikuti gerakan senam.

Pengamatan dilakukan pada setiap pertemuan untuk mengetahui beberapa aspek keterampilan motorik kasar yaitu aspek kelenturan, keseimbangan, dan

kelincahan. Hasil pengamatan Siklus I dari pertemuan pertama, kedua, ketiga, dan keempat dapat dilihat pada Tabel 7 berikut:

Tabel 7. Hasil Observasi Keterampilan Motorik Kasar Siklus I

No.	Indikator	Pertemuan				Rata-rata (%)
		I (%)	II (%)	III (%)	IV (%)	
1.	Kelenturan	41,67%	50%	56,82%	62,50%	52,75%
2.	Keseimbangan	41,67%	50%	54,55%	62,50%	52,18%
3.	Kelincahan	39,58%	47,92%	52,27%	60,42%	50%
Keterampilan Motorik Kasar						51,64%

Berdasarkan Tabel 7 di atas menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada Siklus I sejak pratindakan. Hal ini dapat dilihat pada tindakan Siklus I yang menunjukkan bahwa: (a) pada aspek kelenturan menunjukkan 52,75% dengan kriteria lentur, anak menunjukkan gerakan yang lentur pada sebagian dari anggota tubuhnya dan dapat mengkoordinasikan gerakan saat mengikuti senam irama; (b) aspek keseimbangan 52,18% dengan kriteria seimbang, anak mampu menjaga keseimbangan tubuhnya, namun belum dapat mengkoordinasikan gerakan saat mengikuti senam irama; (c) aspek kelincahan menunjukkan 50% dengan kriteria lincah, anak menunjukkan gerakan tubuh yang lincah, namun belum dapat mengkoordinasikan gerakan saat mengikuti senam irama.

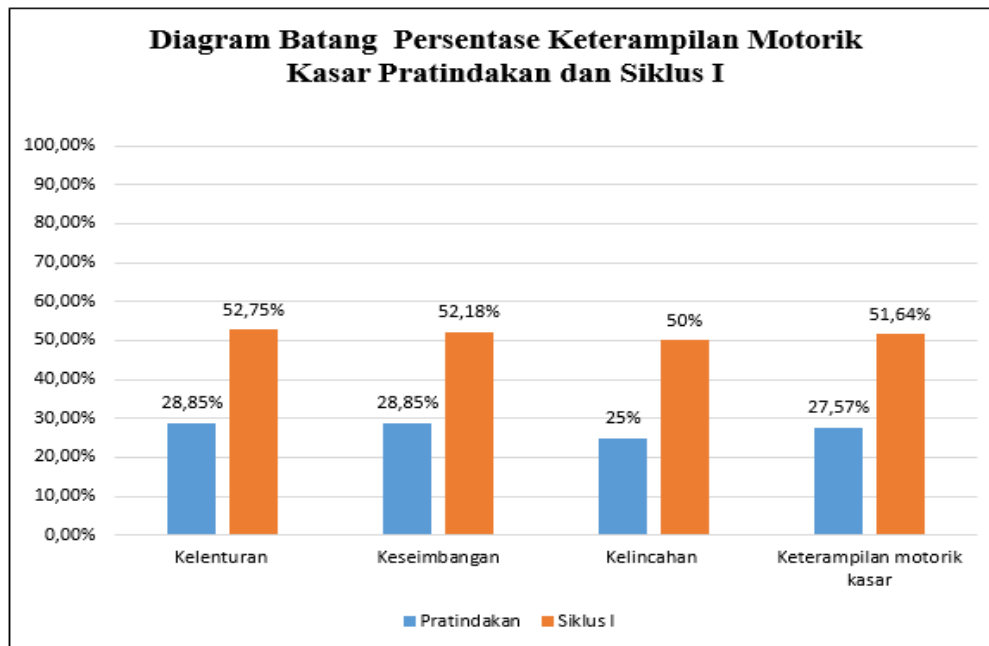
Dari hasil tersebut, maka keterampilan motorik kasar melalui senam irama jika di rata-rata pada seluruh aspek sebesar 51,64% dengan tinggi. Hasil pengamatan keterampilan motorik kasar pada aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan melalui senam irama pada Pratindakan dengan Siklus I dapat dilihat pada Tabel 8 berikut:

Tabel 8. Hasil Perbandingan dan Persentase Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan dan Siklus I

No.	Indikator	Pratindakan (%)	Siklus I (%)
1.	Kelenturan	28,85%	52,75%
2.	Keseimbangan	28,85%	52,18%
3.	Kelincahan	25%	50%
Keterampilan Motorik Kasar		27,57%	51,64%

Berdasarkan Tabel 8 menunjukkan bahwa adanya peningkatan dari Pratindakan ke Siklus I. Pada aspek kelenturan mengalami peningkatan sebesar 23,42% dari 28,85 meningkat menjadi 52,75%, pada aspek keseimbangan mengalami peningkatan sebesar 26,33% dari 28,85% meningkat menjadi 52,18%, dan pada aspek kelincahan meningkat dari 25% menjadi 50% yang berarti menunjukkan peningkatan sebesar 25%.

Untuk menunjukkan lebih jelas bahwa adanya peningkatan keterampilan motorik kasar pada aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan dari Pratindakan ke Siklus I dapat dilihat melalui Gambar 3 berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Persentase Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan dan Siklus I

Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pada setiap indikator keterampilan motorik kasar dari Pratindakan ke Siklus I. Hasil Observasi Pratindakan ke Siklus I Pada aspek kelenturan mengalami peningkatan sebesar 23,42% dari 28,85 meningkat menjadi 52,75%, pada aspek keseimbangan mengalami peningkatan sebesar 26,33% dari 28,85 meningkat menjadi 52,18%, dan pada aspek kelincahan meningkat dari 25% menjadi 50% yang berarti menunjukkan peningkatan sebesar 25%. Meskipun menunjukkan peningkatan, hasil yang didapatkan belum mencapai indikator keberhasilan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B yaitu 51,64% dengan kriteria tinggi .

d. Refleksi Tindakan Siklus I

Refleksi dilakukan dengan diskusi antara peneliti dan guru kelas berdasarkan hasil pengamatan pada pertemuan pertama, kedua, ketiga, dan keempat Siklus I. Peneliti dan guru berdiskusi tentang pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan dan

kendala yang terjadi saat kegiatan keterampilan motorik kasar. Kendala yang muncul pada Siklus I adalah sebagai berikut:

- 1) Pada pertemuan pertama masih banyak anak yang belum bisa mengikuti gerakan senam.
- 2) Terdapat anak yang ramai sendiri dan tidak sungguh-sungguh saat melakukan kegiatan senam.
- 3) Pada beberapa gerakan anak masih kesulitan mengikuti gerakan tersebut.
- 4) Terdapat anak yang cenderung lebih pasif dalam mengikuti kegiatan senam dibandingkan dengan anak yang lain.

Pelaksanaan tindakan pada Siklus I dari pengamatan yang dilakukan selama proses kegiatan berlangsung serta berdasarkan hasil diskusi dengan guru, maka perlu solusi untuk mengatasi beberapa kendala di atas sebagai berikut:

- 1) Guru memberikan penguatan positif agar anak lebih semangat dan antusias
- 2) Membuat buku bintang sebagai catatan penghasraan bagi anak. Anak yang mengikuti senam dengan semangat dan menunjukkan gerakan yang luwes saat kegiatan senam diberi bintang empat.
- 3) Senam dilakukan sebanyak dua kali dengan musik yang berbeda, meskipun inti dari senam yang digunakan adalah Senam Sehat Gembira.
- 4) Mengingatkan anak yang ramai sendiri dan mengganggu temannya agar mau berkonsentrasi terhadap gerakan senam.

Berdasarkan hasil perbandingan tindakan yang sudah dilakukan antara Pratindakan dengan Siklus I terdapat peningkatan yang cukup baik pada motorik kasar anak. Meskipun demikian hasil yang didapatkan belum mencapai kriteria

keberhasilan yang diinginkan. Untuk mencapai kriteria keberhasilan yang diinginkan yaitu sebesar 76% maka peneliti dan guru merencanakan dan melakukan kembali penelitian tindakan Siklus II dengan adanya perbaikan sesuai dengan refleksi pada Siklus I.

3. Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus II

a. Perencanaan Tindakan Siklus II

Berdasarkan hasil refleksi pada Siklus I peneliti dan guru berdiskusi menyusun perencanaan untuk pelaksanaan Siklus II. Tahap perencanaan Siklus II yaitu:

- 1) Melakukan koordinasi dengan guru kelas sebagai kolaborator peneliti.
- 2) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH) sesuai dengan tema yang digunakan TK ABA Sungapan.
- 3) Mempersiapkan kelengkapan untuk senam irama, seperti: *speaker* dan musik untuk senam irama.
- 4) Mempersiapkan 2 lagu yang digunakan pada siklus II dengan senam utamanya adalah Senam Sehat Gembira. Misalnya pada Hari Senin anak melakukan senam irama dengan lagu Senam Sehat Gembira dan *Baby Shark*, kemudian di hari selanjutnya lagu yang digunakan untuk senam adalah Senam Sehat Gembira dan Senam Pinguin.
- 5) Mempersiapkan Buku Bintang sebagai *reward* bagi anak.
- 6) Mempersiapkan lembar observasi untuk melihat peningkatan keterampilan motorik kasar anak.
- 7) Mempersiapkan alat untuk mendokumentasikan kegiatan.

b. Pelaksanaan Tindakan Kelas Siklus II

1) Pertemuan Pertama Siklus II

Pertemuan pertama Siklus II dilaksanakan pada hari Rabu, 31 Januari 2018 dengan tema Profesi. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama ada 11 anak. Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu kemudian guru melakukan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “tadi pamitan dengan orang tua tidak?”, “apa manfaat senam?” dan sebagainya. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama.

Kegiatan dimulai dengan menyanyikan “Kalau Kau Senang Hati” sambil tepuk dan menggerakkan badan. Setelah itu anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi irama musik. Irama musik yang digunakan adalah irama musik “Senam Sehat Gembira” dan “Senam *Baby Shark*”. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Saat kegiatan senam guru selalu memberikan motivasi kepada anak dan menegur anak yang ramai sendiri. Anak-anak mengikuti gerakan senam dengan antusias.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Guru juga memberikan penghargaan berupa bintang empat bagi anak yang saat mengikuti senam bergerak dengan semangat dan luwes. Anak-anak terlihat senang saat mengikuti kegiatan senam irama. Guru meminta anak-anak untuk istirahat dan

minum terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pembelajaran seperti biasa.

2) Pertemuan Kedua Siklus II

Pertemuan kedua Siklus II dilaksanakan pada hari Selasa, 6 Februari 2018 dengan tema Rekreasi. Kegiatan senam seharusnya dilaksanakan pada tanggal 2 dan 5 Februari 2018 namun karena cuaca sedang hujan maka ditiadakan dan diganti dengan hari selanjutnya. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama ada 10 anak. Anak yang berangkat sekolah dan mengikuti senam berkurang karena beberapa anak jatuh sakit sehingga harus beristirahat di rumah. Namun hal tersebut tidak membuat anak yang lain menjadi patah semangat.

Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu kemudian guru melakukan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “siapa yang sudah siap untuk senam?”, “apa manfaat senam?” dan sebagainya. Selanjutnya anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Kegiatan dimulai dengan menyanyikan “Kalau Kau Senang Hati” sambil tepuk dan menggerakkan badan.

Setelah itu, guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi irama musik. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama. Irama musik yang digunakan adalah irama musik “Senam Sehat Gembira” dan “Senam *Baby Shark*”. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Saat kegiatan senam guru selalu memberikan motivasi kepada anak dan menegur anak yang ramai sendiri. Anak-anak mengikuti gerakan senam dengan antusias.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Guru juga memberikan penghargaan berupa bintang empat bagi anak yang saat mengikuti senam bergerak dengan semangat dan luwes. Anak-anak terlihat senang saat mengikuti kegiatan senam irama. Guru menjelaskan kepada anak-anak bahwa beberapa teman mereka tidak berangkat karena sakit dan mengajak mereka untuk mendoakan teman-temannya yang tidak dapat berangkat. Guru bertanya kepada anak-anak tentang penyebab terkena sakit, kemudian menjelaskan bahwa dengan melakukan olahraga salah satunya senam irama dapat mencegah anak-anak dari penyakit. Selanjutnya guru meminta anak-anak untuk istirahat dan minum terlebih dahulu. Setelah energi mereka pulih kembali maka dilanjutkan dengan kegiatan pembelajaran seperti biasa.

3) Pertemuan Ketiga Siklus II

Pertemuan ketiga Siklus II dilaksanakan pada hari Kamis, 8 Februari 2018 dengan tema Rekreasi. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama hanya ada 10 anak karena tiga anak sakit sehingga harus beristirahat di rumah. Meskipun jumlah anak yang mengikuti senam hanya 10 anak, namun senam tetap dilakukan.

Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu. Guru mengajak anak-anak untuk mendoakan teman-temannya yang sakit kemudian berdoa sebelum memulai kegiatan. Setelah itu guru melakukan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “sudah mandi belum?”, “siapa yang sakit?” dan sebagainya. Kegiatan dimulai dengan menyanyikan “Naik Delman” sambil tepuk dan menggerakkan badan. Anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA

Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama.

Setelah itu, guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi irama musik. Irama musik yang digunakan adalah irama musik “Senam Sehat Gembira” dan “Senam Pinguin”. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Saat kegiatan senam guru selalu memberikan motivasi kepada anak dan menegur anak yang ramai sendiri. Anak-anak mengikuti gerakan senam dengan antusias. Saat melakukan senam, gerakan anak secara otomatis sudah sesuai dengan musik yang diputarkan sehingga anak bergerak lebih terampil.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Guru juga memberikan penghargaan berupa bintang empat bagi anak yang saat mengikuti senam bergerak dengan semangat dan luwes. Anak-anak terlihat senang saat mengikuti kegiatan senam irama. Guru meminta anak-anak untuk istirahat dan minum terlebih dahulu kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pembelajaran seperti biasa.

4) Pertemuan Keempat Siklus II

Pertemuan keempat Siklus II dilaksanakan pada hari Sabtu, 10 Februari 2018 dengan tema Rekreasi. Jumlah anak yang mengikuti kegiatan senam irama ada 11 anak. Kegiatan senam diawali dengan berdoa terlebih dahulu kemudian guru melakukan tanya jawab dengan anak misalnya “sudah makan atau belum?”, “tadi pamitan dengan orang tua tidak?”, “di jalan lihat apa saja ya?”, “apa manfaat

senam?” dan sebagainya. Guru dan peneliti mengajak anak bersorak untuk mengetahui semangat anak mengikuti kegiatan senam irama. Kegiatan dimulai dengan menyanyikan “Naik Delman” sambil tepuk dan menggerakkan badan.

Setelah itu anak-anak berbaris dengan rapi di halaman TK ABA Sungapan dan dibagi menjadi dua baris. Guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan senam dengan diiringi irama musik. Irama musik yang digunakan adalah irama musik “Senam Sehat Gembira” dan “Senam Pinguin”. Anak-anak diminta untuk menirukan gerakan yang dilakukan guru di depan anak-anak. Saat kegiatan senam guru selalu memberikan motivasi kepada anak dan menegur anak yang ramai sendiri. Saat melakukan senam, gerakan anak secara otomatis sudah sesuai dengan musik yang diputarkan sehingga anak bergerak lebih terampil.

Setelah selesai senam guru dan anak-anak bertepuk tangan dan memberikan dua jempol sebagai tanda penghargaan bagi mereka karena telah mengikuti senam sampai selesai. Guru juga memberikan penghargaan berupa bintang empat bagi anak yang saat mengikuti senam bergerak dengan semangat dan luwes. Anak-anak terlihat senang saat mengikuti kegiatan senam irama. Guru meminta anak-anak untuk istirahat dan minum terlebih dahulu. Setelah istirahat, guru mengajak anak-anak untuk masuk ke dalam kelas untuk membagikan Buku Bintang. Anak-anak merasa senang mendapatkan banyak bintang, guru menjelaskan bahwa di bagian depan yaitu awal pertemuan anak-anak belum mendapatkan empat bintang karena masih terlihat kurang bersemangat saat senam, namun pada pertemuan-pertemuan berikutnya anak sudah bersemangat bahkan sudah secara spontan dapat bergerak

sesuai dengan irama yang didengarkan. Kegiatan dilanjutkan dengan pembelajaran seperti biasa.

c. Observasi Hasil Tindakan Siklus II

Dari hasil kegiatan Siklus II guru dan peneliti melakukan pengamatan terhadap kemampuan motorik kasar anak. Pengamatan dilakukan pada setiap pertemuan yang bertujuan untuk mengetahui beberapa aspek keterampilan motorik kasar yaitu aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Jika dibandingkan dengan Siklus I, gerakan anak pada Siklus II lebih luwes karena anak menunjukkan keluasaannya dalam gerak. Pada Siklus II anak juga sudah mampu bergerak sesuai dengan irama musik yang diputarkan.

Hasil pengamatan Siklus II dari pertemuan pertama, kedua, ketiga, dan keempat dapat dilihat pada Tabel 9 berikut:

Tabel 9. Hasil Observasi Keterampilan Motorik Kasar Siklus II

No.	Indikator	Pertemuan				Rata-rata (%)
		I (%)	II (%)	III (%)	IV (%)	
1.	Kelenturan	70,45%	75%	82,50%	87,50%	78,86%
2.	Keseimbangan	68,18%	72,50%	80%	87,50%	77,67%
3.	Kelincahan	68,18%	72,50%	80%	85,42%	76,50%
Keterampilan Motorik Kasar						77,68%

Berdasarkan Tabel 9 di atas menunjukkan bahwa adanya peningkatan dari Siklus I ke Siklus II. Hal ini dapat dilihat pada tindakan Siklus II yang menunjukkan bahwa (a) pada aspek kelenturan sebesar 78,86% dengan kriteria sangat lentur, anak menunjukkan gerakan yang lentur atau tidak kaku dan dapat mengkoordinasikan gerak anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama; (b) pada aspek

keseimbangan sebesar 77,67% dengan kriteria sangat seimbang, anak mampu menjaga keseimbangan tubuh dan dapat mengkoordinasikan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama; (c) pada aspek kelincahan sebesar 76,50% dengan kriteria sangat lincah, anak menunjukkan gerakan tubuh yang lincah dan dapat mengkoordinasikan anggota tubuhnya saat mengikuti kegiatan senam irama.

Dari hasil tersebut, maka keterampilan motorik kasar melalui senam irama jika di rata-rata pada seluruh aspek sebesar 77,68% dengan kriteria sangat tinggi. Hasil pengamatan keterampilan motorik kasar pada aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan melalui senam irama pada Siklus I dengan Siklus II dapat dilihat pada Tabel 10 berikut:

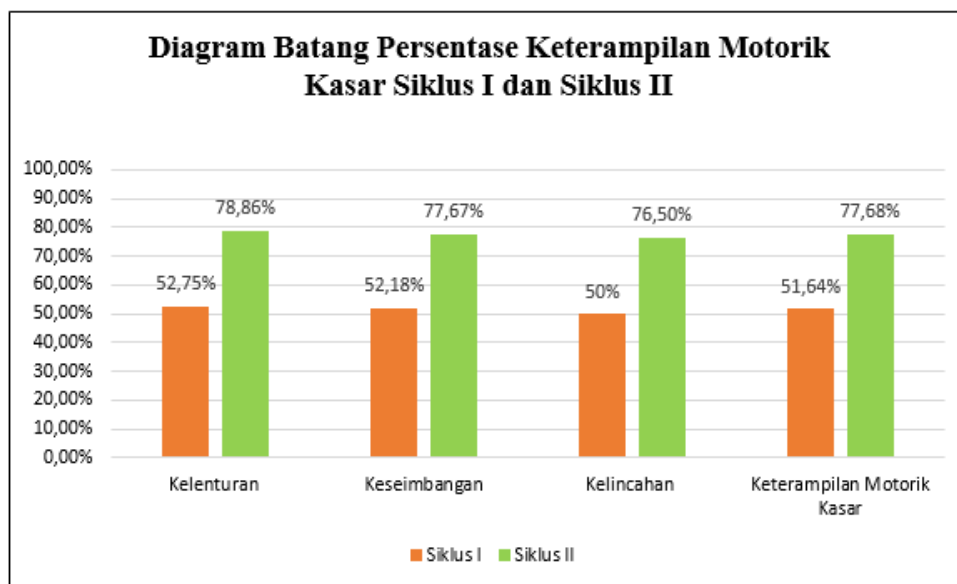
Tabel 10. Hasil Perbandingan dan Persentase Keterampilan Motorik Kasar Siklus I dan Siklus II

No.	Indikator	Siklus I (%)	Siklus II (%)
1.	Kelenturan	52,75%	78,86%
2.	Keseimbangan	52,18%	77,67%
3.	Kelincahan	50%	76,50%
Keterampilan Motorik Kasar		51,64%	77,68%

Berdasarkan Tabel 10 menunjukkan bahwa adanya peningkatan dari Siklus I ke Siklus II. Pada aspek kelenturan mengalami peningkatan sebesar 26,11% dari 52,75% dengan kriteria lentur meningkat menjadi 78,86% dengan kriteria sangat lentur, pada aspek keseimbangan meningkat dari 52,18% dengan kriteria seimbang menjadi 77,67% dengan kriteria sangat seimbang yang berarti menunjukkan peningkatan sebesar 25,49%, pada aspek kelincahan mengalami

peningkatan sebesar 26,50% dari 50% dengan kriteria cukup lincah meningkat menjadi 76,50% dengan kriteria sangat lincah.

Untuk menunjukkan lebih jelas bahwa adanya peningkatan keterampilan motorik kasar pada aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan dari Siklus I ke Siklus II dapat dilihat melalui Gambar 4 berikut:



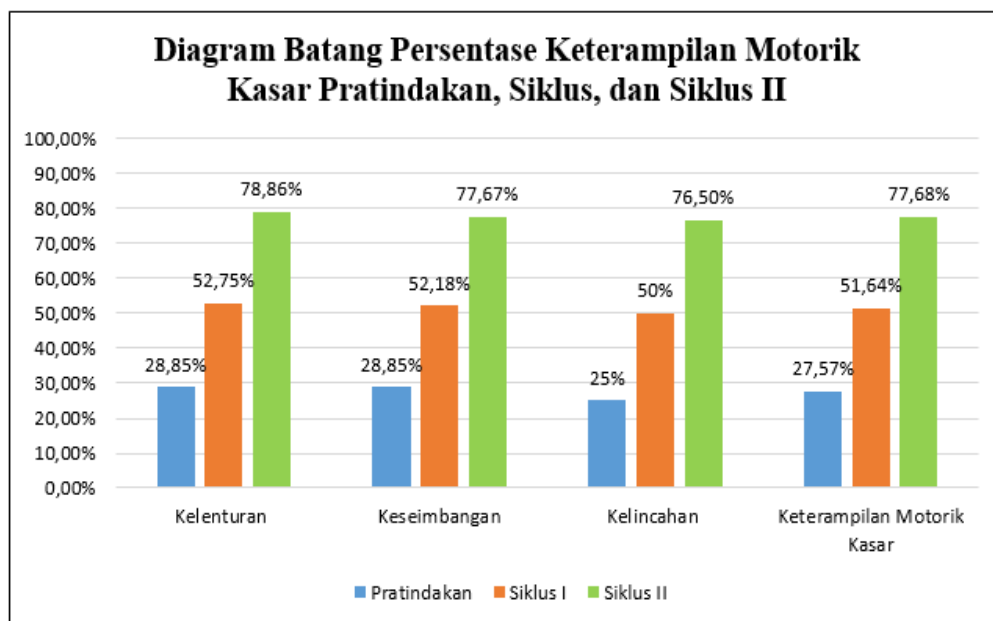
Gambar 4. Diagram Batang Persentase Keterampilan Motorik Kasar Siklus I dan Siklus II

d. Refleksi Tindakan Siklus II

Berdasarkan data yang sudah diperoleh dari observasi pada setiap pertemuan menunjukkan adanya peningkatan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B di TK ABA Sungapan. Hasil pengamatan yang dilakukan pada Siklus II dengan dilaksanakannya perbaikan-perbaikan berdasarkan refleksi pada Siklus I membuktikan peningkatan tersebut dari Siklus I ke Siklus II melalui senam irama. Hasil rata-rata pada aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan dari

pratindakan, Siklus I, sampai dengan Siklus II menunjukkan bahwa adanya pencapaian indikator keberhasilan.

Hasil observasi pratindakan menunjukkan rata-rata keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan sebesar 27,57%, kemudian pada Siklus I meningkat menjadi 51,64%, dan pada Siklus II meningkat menjadi 77,68%. Untuk mengetahui lebih jelas peningkatan dari pratindakan, Siklus I, dan Siklus II dapat dilihat pada Gambar 5 berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Persentase Pencapaian Keterampilan Motorik Kasar Pratindakan, Siklus I, dan Siklus II

B. Pembahasan

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan setiap siklusnya terdiri dari empat kali pertemuan. Sebelum pelaksanaan tindakan dilakukan, peneliti melakukan pengamatan terhadap keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan untuk mengetahui kemampuan awal anak. Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan motorik kasar melalui

senam irama anak Kelompok B dalam aspek kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Koordinasi mata dan tangan berkaitan dengan kemampuan memilih suatu objek dan mengkoordinasikannya (Rahyubi, 2012: 309). Sridadi (2009: 3) mengatakan bahwa koordinasi kepala, tangan dan kaki adalah suatu kemampuan seseorang dalam mengkoordinasikan gerak kepala, tangan dan kaki ke dalam rangkaian gerakan yang utuh, menyeluruh, dan terus menerus secara cepat dan tepat dalam irama gerak yang terkontrol. Pemilihan senam sebagai metode untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak karena sesuai dengan pendapat Galluhe (dalam Samsudin, 2008: 13) yang menyatakan bahwa untuk mengembangkan pola-pola gerak anak sebaiknya dilakukan melalui aktivitas seperti menari, olahraga, dan senam. Kamtini dan Tanjung (2005: 99) menyatakan bahwa melalui musik dapat dijadikan sebagai wadah segala jenis pendidikan di taman kanak-kanak. Anak-anak belajar melalui musik sambil bermain karena sifatnya yang ingin bergerak. Oleh karena itu untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak maka digunakan metode latihan-latihan fisik yang terarah yang dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak yaitu dengan senam irama. Pelaksanaan senam irama dilakukan seminggu tiga kali pertemuan untuk memenuhi kebutuhan perkembangan motorik kasar anak melalui latihan-latihan fisik saat kegiatan senam. Anak merasa senang mengulang-ulang sesuatu kegiatan keterampilan melalui latihan-latihan tertentu sampai ia berhasil menguasainya. Sejalan dengan hal tersebut maka Mahmud (1996:129) berpendapat bahwa agar proses keterampilan yang diperlukan berjalan efektif, maka pelatihan tersebut harus

terarah. Beliau juga menyatakan bahwa dengan berlatih secara terarah maka akan tercapai peningkatan dalam perkembangan motorik anak.

Kegiatan senam irama merupakan suatu keadaan yang menimbulkan stimulasi sehingga terjadi suatu gerakan tubuh. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Samsudin (2008: 10) yang menyatakan bahwa motorik sebagai suatu keadaan yang menghasilkan stimulasi atau rangsangan sehingga terjadi kegiatan organ-organ fisik yang menimbulkan gerakan tubuh dan dalam perkembangannya ditentukan oleh tiga unsur yaitu otot, syaraf, dan otak. Gerakan tubuh yang terjadi karena adanya kegiatan senam irama tentu saja melibatkan otot, syaraf, dan otak sehingga dapat mempengaruhi perkembangan motorik anak. Selain itu Sumantri (2005: 3) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan motorik, dan kontrol motorik. Keterampilan motorik anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik, kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh, kebugaran tidak akan tercapai tanpa latihan fisik. Melalui senam irama keterampilan motorik anak akan berkembang karena senam irama melibatkan latihan-latihan fisik dengan gerakan dan irama yang menyenangkan.

Senam irama yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan musik Senam Sehat Gembira, *Baby Shark*, dan Pinguin. Pemilihan musik tersebut karena memiliki irama yang dapat menarik minat anak, gerakan yang mudah, dan melibatkan gerakan koordinasi mata, kaki, tangan, dan kepala. Misalnya pada Senam Sehat Gembira terdapat lirik “rentangkan tangan kayak kapal terbang” lirik tersebut memudahkan guru dalam pengkondisian anak, ada juga lirik “bebeknya

berenang, berenang wek wek..bebeknya berjalan, jalannya megal-megol” dengan gerakan menirukan bebek berjalan anak-anak menjadi lebih antusias mengikuti gerakan dan dapat mengetahui cara berjalan bebek, sedangkan senam *Baby Shark* dan Senam Pinguin merupakan musik yang sedang disukai anak-anak dengan gerakan inti yang mudah diikuti.

Dari kegiatan pratindakan data menunjukkan bahwa pencapaian keterampilan motorik kasar sebesar 27,57% dengan kriteria sedang. Senam irama pada tahap pratindakan ini merupakan senam irama yang biasanya dilakukan oleh TK ABA Sungapan yaitu dengan tepuk sambil bergerak. Saat kegiatan senam ada anak yang hanya bertepuk tangan saja, ada anak yang hanya menggerakkan kaki untuk beberapa saat, ada anak yang hanya ikut bergerak saat membalikkan badan, dan ada pula yang belum mau mengikuti kegiatan senam. Berdasarkan hasil pengamatan tersebut menunjukkan bahwa keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan belum optimal. Oleh karena itu dilakukan penelitian tindakan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama. Dari hasil pratindakan tersebut kemudian peneliti berkolaborasi dengan guru untuk melakukan tindakan Siklus I.

Pada pelaksanaan pertemuan pertama Siklus I anak masih terlihat canggung. Hal tersebut mengakibatkan kurang leluasanya gerak anak saat mengikuti kegiatan senam irama. Irama yang digunakan adalah musik yang dapat membangkitkan motivasi gerak anak dan bersifat menyenangkan. Gerakan senam irama yang digunakan juga memperhatikan prinsip-prinsip senam irama sesuai dengan pendapat Woerjati, dkk (1996: 45) bahwa senam irama harus memperhatikan

prinsip-prinsip senam irama yang meliputi irama, fleksibilitas, dan kontinuitas. Pada pertemuan kedua, ketiga, dan keempat anak dapat bergerak secara lebih luwes namun belum mampu bergerak secara terkoordinasi antara mata, kaki, tangan, dan kepala. Ada anak yang hanya dapat mengkoordinasikan sebagian gerakan tubuh misalnya mata dan tangan, mata dan kaki, kaki dan tangan, atau kepala dan mata. Ada juga yang terlihat kurang bersemangat saat mengikuti kegiatan senam namun gerakan yang ditunjukkan sudah sedikit luwes. Hasil pengamatan tindakan Siklus I menunjukkan peningkatan keterampilan motorik kasar anak sebesar 51,64% dengan kriteria tinggi. Hasil yang didapatkan belum mencapai kriteria keberhasilan yang diinginkan oleh peneliti, oleh karena itu peneliti bersama dengan guru merefleksikan tindakan yang telah dilakukan pada Siklus I agar menjadi perbaikan pada tindakan Siklus II.

Pelaksanaan tindakan Siklus II anak mengalami peningkatan pada keterampilan motorik kasarnya dibandingkan dengan Siklus I. Hasil pengamatan secara keseluruhan dari pertemuan pertama, pertemuan kedua, pertemuan ketiga, dan pertemuan keempat menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan keterampilan motorik kasar anak dari 51,64% menjadi 77,68% dengan kriteria sangat tinggi. Saat kegiatan senam berlangsung anak dapat bergerak dengan luwes, mantab, dan lincah. Anak-anak jauh lebih semangat karena pada siklus ini mereka yang dapat mengikuti senam irama dengan baik akan mendapatkan bintang empat pada buku bintang. Adanya buku bintang membuat seorang anak yang awalnya diam pada saja pada Siklus I ternyata saat mengikuti senam pada Siklus II menunjukkan gerakan yang terampil. Pada Siklus II jumlah anak yang mengikuti senam irama berkurang karena

ada anak yang mengalami kecelakaan saat bermain dan ada juga yang jatuh sakit karena keadaan cuaca yang sering berubah membuat beberapa anak silih bergantian mengalami sakit seperti demam, batuk, dan pilek. Berdasarkan hasil pengamatan tersebut membuktikan bahwa perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu perkembangan syaraf, kondisi fisik, motivasi, lingkungan, kondisi psikologis, usia, dan jenis kelamin (Rahyubi, 2012: 225).

Dari hasil pengamatan Siklus I ke Siklus II saat mengikuti senam terlihat perbandingan perubahan gerak tubuh yang ditunjukkan oleh anak. Pada awal pertemuan anak lebih fokus mengamati gerakan tubuh guru saat di depan kemudian baru menirukan guru dengan gerakan yang masih ragu-ragu. Pertemuan-pertemuan selanjutnya anak sudah menunjukkan gerakan yang lebih mantab dan runtut namun masih memperhatikan gerakan dari guru. Pada akhir pertemuan anak sudah menunjukkan gerakan yang secara spontan dilakukan ketika mendengar musik yang diputarkan. Dari pengamatan tersebut menunjukkan bahwa terjadinya suatu proses yang dialami oleh anak. Proses tersebut sesuai dengan pendapat Fitts dan Postner dalam Sumantri (2005: 101) yang menyatakan bahwa proses belajar keterampilan motorik anak usia dini terjadi dalam tiga tahap, yaitu; (1) tahap verbal kognitif di mana proses belajar gerak diawali dengan aktif berpikir melalui pemahaman secara visual. Hal tersebut ditunjukkan pada awal pertemuan kegiatan senam irama yaitu anak lebih berfokus mengamati gerakan baru kemudian bergerak seperti yang dicontohkan; (2) tahap asosiatif yaitu ditandai dengan penguasaan gerakan di mana anak sudah mampu melakukan gerakan-gerakan dalam bentuk rangkaian gerakan yang runtut sesuai dengan hasil pengamatan pada pertengahan pertemuan anak

mulai menunjukkan gerakan yang runtut dari awal awal gerakan sampai akhir gerakan; (3) tahap otomasi yaitu ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan di mana anak mampu melakukan gerakan secara otomatis, anak mulai menunjukkan gerakan yang spontan saat mendengar musik yang diputar pada akhir pertemuan.

Peneliti dapat menghitung jumlah persentase dan menentukan kriteria keberhasilan berdasarkan rumus penghitungan data kuantitatif yang dipaparkan oleh Yoni (2010: 176) yaitu hasil pengamatan sama dengan skor keseluruhan yang diperoleh siswa dibagi dengan jumlah anak kali skor maksimum kemudian dikali seratus persen. Dari hasil pengamatan yang telah dihitung tersebut selanjutnya diinterpretasikan ke dalam empat tingkatan menurut Yoni (2010: 177) yaitu rendah (0%-25%), sedang (26%-50%), tinggi (51%-75%), dan sangat tinggi (76%-100%). Hasil penelitian tindakan dari pratindakan, Siklus I, dan Siklus II secara berturut-turut adalah 27,57% dengan kriteria sedang, 51,64% dengan kriteria tinggi, dan 77,68% dengan kriteria sangat tinggi.

Berdasarkan hasil di atas menunjukkan bahwa anak mengalami peningkatan keterampilan motorik kasar pada indikator kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. Jadi, penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B melalui senam irama di TK ABA Sungapan, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo.

C. Temuan Penelitian

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan. Senam dengan gerakan yang mudah diikuti anak sehingga anak mendapatkan

rangsangan dan kesempatan gerak untuk perkembangan keterampilan motorik kasarnya. Selain itu senam juga diiringi dengan irama yang dapat mengembangkan kemampuannya untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya melalui musik serta musik melalui suaranya sendiri dan melalui gerak tubuh anak. Senam memberikan pengalaman gerak bagi anak sedangkan irama memberikan pengalaman musik sehingga melalui senam irama anak akan lebih mudah dalam menguasai keterampilan motorik kasar. Pemberian *reward* dan dorongan positif kepada anak juga dapat mempengaruhi tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar anak. Pemilihan musik sebagai pengiring senam irama yang menarik dapat menjadikan anak lebih bersemangat saat melakukan kegiatan senam irama.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini diharapkan mampu mendapatkan hasil yang optimal dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak Kelompok B TK ABA Sungapan melalui senam irama. Namun penelitian yang dilaksanakan memiliki keterbatasan yaitu:

- 1) Jadwal pelaksanaan senam irama terkadang tidak sesuai dengan jadwal yang direncanakan karena jika hujan maka senam irama ditiadakan. Hal ini dikarenakan satu-satunya tempat yang luas yang dapat digunakan sebagai tempat kegiatan senam adalah halaman sekolah.
- 2) Kondisi cuaca yang sering berubah membuat anak mudah sakit sehingga jumlah anak yang hadir berkurang.

3. Ada beberapa anak yang harus diberikan dorongan-dorongan positif terlebih dahulu sebelum kegiatan senam irama dimulai, sehingga pelaksanaan kegiatan senam irama mengalami penundaan sampai anak-anak siap mengikuti kegiatan senam irama.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar anak Kelompok B di TK ABA Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo dapat meningkat melalui kegiatan senam irama. Langkah-langkah yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar melalui senam irama yaitu: (1) guru memberikan penjelasan kepada anak-anak gerakan-gerakan senam yang akan dilakukan dan manfaatnya bagi tubuh; (2) guru mengajak anak-anak melakukan pemanasan berupa gerak motorik kasar sambil bernyanyi; (3) guru memberikan contoh beberapa gerakan senam tanpa irama kepada anak-anak kemudian anak-anak menirukan gerakan tersebut; (4) guru mengajak anak untuk melakukan senam diiringi dengan musik senam; (5) pada Siklus I pertemuan pertama dan kedua digunakan Senam Sehat Gembira kemudian hari ketiga dan keempat digunakan Senam *Baby Shark* dan Senam Pinguin, sedangkan Siklus II menggunakan Senam Sehat Gembira yang ditambah dengan Senam *Baby Shark* atau Senam Pinguin; 6) guru juga memberikan dorongan dan *reward* kepada anak-anak agar lebih semangat lagi dalam mengikuti senam. *Reward* berupa sebuah buku bintang dengan memberikan bintang empat bagi yang mengikuti senam dengan bersungguh-sungguh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan motorik kasar anak melalui senam irama saat pratindakan sebesar 27,57% dengan kriteria sedang, kemudian pada Siklus I meningkat menjadi 51,64% dengan kriteria tinggi, dan pada

Siklus II meningkat menjadi 77,68% dengan kriteria sangat tinggi sehingga penelitian dihentikan pada Siklus II karena sudah mencapai kriteria keberhasilan sebesar 76%.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar Kelompok B melalui senam irama TK ABA Sungapan dapat dikemukakan implikasi sebagai berikut:

1. Pemilihan metode pembelajaran yang tepat untuk merangsang keterampilan motorik kasar anak dapat berpengaruh terhadap tingkat pencapaian keterampilan motorik kasar anak.
2. Motivasi belajar anak berpengaruh terhadap perkembangan motorik anak. Motivasi belajar anak saat mengikuti kegiatan senam akan mempengaruhi proses belajar keterampilan motorik anak. Maka dari itu sebagai guru harus dapat menumbuhkan motivasi belajar anak agar perkembangan motorik anak dapat meningkat dengan optimal.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat disampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi kepala sekolah, sebaiknya memberikan motivasi kepada guru untuk melakukan kegiatan senam irama, minimal seminggu sekali agar keterampilan motorik kasar anak dapat meningkat.

2. Bagi guru, dalam merencanakan kegiatan yang berhubungan dengan motorik kasar sebaiknya dibuat kegiatan yang menarik perhatian anak sehingga anak antusias mengikuti kegiatan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, sebaiknya dapat mengembangkan kegiatan senam irama dengan metode lain yang lebih menarik bagi anak agar keterampilan motorik kasar anak dapat berkembang secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2010). *Penelitian tindakan kelas (Rev. Ed.)*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Depdikbud. (2003). *Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Gutek, G.L. (2013). *Metode Montessori*. (Terjemahan: Ahmad Lintang Lazuardi). Yogyakarta: Pustaka Pelajar. (Edisi asli diterbitkan oleh Rowman & Littlefield Publisher, Inc. Lanham, Maryland USA)
- Herdiansyah, H. (2013). *Wawancara, observasi, dan focus group sebagai instrumen penggalan data kualitatif* (cetakan1). Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Hurlock, E.B. (1978). *Perkembangan anak jilid 1 (Ed. 6)*. (Terjemahan: Tjandrasa, M., & Zarkasih, M). Jakarta: Erlangga. (Edisi asli diterbitkan tahun 1978 oleh McGraw-Hill: Inggris).
- Kamtini & Tanjung, H. W. (2005). *Bermain melalui gerak dan lagu di taman kanak-kanak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- Lutan, R. (2002). *Mengajar pendidikan jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Mahmud, A.T. (1996). *Musik dan anak 2*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Mahendra, A. (2000). *Senam*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Masitoh, Setiasih, O., & Djoehaeni, H. (2005). *Pendekatan belajar aktif di taman kanak-kanak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.

- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik*. Bandung: Nusa Media.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran motorik di taman kanak-kanak (cetakan 1)*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Sanjaya, W. (2009). *Penelitian tindakan kelas (Ed. 1)*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Setyaningrum. (2013). *Meningkatkan keterampilan motorik kasar anak kelompok B melalui senam irama di TK dharma wanita II Candimulyo kecamatan Kedu kabupaten Temanggung*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sheppard, P. (2007). *Music makes your child smarter: peran musik dalam perkembangan anak*. (Terjemahan: Veronica Sri Utami). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. (Edisi asli diterbitkan tahun 2005 oleh Artemis Music Limited).
- Siagawati, M. (2013). *Meningkatkan koordinasi gerak kaki, tangan, dan kepala anak melalui kegiatan gerak berirama pada kelompok B TK dharma wanita Kwaraan Lendah Kulon Progo*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Sridadi. (2009). *Sumbangan tes koordinasi mata, tangan, dan kaki yang digunakan untuk seleksi calon mahasiswa baru prodi PJKR terhadap mata kuliah praktik dasar gerak softball*. Diambil pada 26 Desember 2017, dari <http://staff.uny.ac.id/dosen/drs-sridadi-mpd>
- Sujiono, Y.N. (2011). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini (cetakan 1)*. Jakarta: PT Indeks.
- Sumantri. (2005). *Model pengembangan keterampilan motorik anak usia dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- Sutisna, Pribadi, E., Sudadi, O., dkk. (2004). *Pendidikan jasmani media berolahraga dan berprestasi*. Jakarta: Yudistira.

Suyanto. (2005). *Konsep dasar pendidikan anak usia dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.

Syarifuddin, A., & Muhadi. (1992). *Pendidikan jasmani dan kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Woerjati, Mulyaningsih, Sukoco, P., Marwati, S., dan Suharjana. (1996). *Senam irama*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Yoni, A., Ambarwati, S.K., dan Purwanto, H. (2010). *Menyusun penelitian tindakan kelas*. Yogyakarta: Familia.

LAMPIRAN

**Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
Harian (RPPH)**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN**

Semester/Bulan/Minggu : II/Januari/ IV
Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
Hari/Tanggal : Senin/ 22 Januari 2018

Tema / Sub Tema : Profesi/ Petani
Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Indikator	Rencana Penilaian	
					Teknik	Hasil Penilaian
Anak terbiasa menghargai diri sendiri	NAM 1.2 Menghargai diri sendiri	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris di halaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Sehat Gembira Rol kabel	Anak terbiasa menghargai diri sendiri		
Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis	FM 3.3,4.3 Koordinasi mata & tangan, kelenturan jari-jari tangan Kog. 3.5,4.5 Memecahkan masalah secara tepat, berpikir kritis, logis	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Menghafal surat Al-Kafirun - Diskusi tentang petani - Menghafal doa mensyukuri nikmat	Gambar petani	Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis		
Anak dapat menceritakan kembali Anak dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya	Bahasa 3.11,4.11 Mengungkapkan keinginannya, menceritakan kembali	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Mengurutkan gambar cara menanam jagung - Menggambar bebas hasil petani - Menyanyi “Menanam Jagung” - Gerak lagu menanam jagung	Gambar Buku gambar, pensil Gambar, LKS	Anak dapat menceritakan kembali Anak dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya		

Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri	Sosial Emosional 2.5 Sikap percaya diri	IV. Evaluasi (09.30 – 09.45 WIB) - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri		
Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni	Seni 3.15,4.15 Membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni gambar, lukis suara, musik , karya tangan lainnya	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan, - cuci tangan	Alat permainan <i>indoor</i> dan <i>outdoor</i>	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni		
Anak dapat menghafal Asmaul Husna	AIK Menghafal Asmaul Husna	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Makan bekal, berbagi makan dengan teman - Menghafal Asmaul Husna - Diskusi kegiatan sehari - Menginformasikan kegiatan esok hari - Berdoa pulang salam	Makanan dan minuman	Anak dapat menghafal Asmaul Husna		

Mengetahui



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 22 Januari 2018

Guru Kelas

Mu'innah, S.Pd.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN

Semester/Bulan/Minggu : II/Januari/ IV
Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
Hari/Tanggal : Rabu/ 24 Januari 2018

Tema / Sub Tema : Profesi/ Peternak
Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Indikator	Rencana Penilaian	
					Teknik	Hasil Penilaian
Anak terbiasa menghargai diri sendiri	NAM 1.2 Menghargai diri sendiri	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris di halaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Sehat Gembira Rol kabel	Anak terbiasa menghargai diri sendiri		
Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis	FM 3.3,4.3 Koordinasi mata & tangan, kelenturan jari-jari tangan Kog..3.5,4.5 Memecahkan masalah secara tepat, berpikir kritis, logis	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Mengulang surat Al-Kafirun - Diskusi cara memelihara binatang ternak	Gambar binatang ternak	Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis		
Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya	Bahasa 3.11,4.11 Mengungkapkan keinginannya, menceritakan kembali	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Menggambar bebas hewan ternak - Mengurutkan dengan memberi angka pada gambar binatang itik - Melipat bentuk ikan - Gerak lagu “Bebek”	Buku gambar, krayon, LKS Kertas lipat, Bk Tempel	Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya		

Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri	Sosial Emosional 2.5 Sikap percaya diri	IV. Evaluasi (09.30 – 09.45 WIB) - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri		
Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni	Seni 3.15,4.15 Membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni gambar, lukis suara, musik, karya tangan lainnya	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan, - cuci tangan	Alat permainan indoor dan outdoor	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni		
Anak dapat menghafal Asmaul Husna	AIK Menghafal Asmaul Husna	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Makan bekal, berbagi makan dengan teman - Menghafal Asmaul Husna - Diskusi kegiatan sehari - Menginformasikan kegiatan esok hari - Berdoa pulang salam	Makanan dan minuman	Anak dapat menghafal Asmaul Husna		

Mengetahui



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 24 Januari 2018

Guru Kelas

Mu'inah, S.Pd.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN**

Semester/Bulan/Minggu : II/Januari/ IV
Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
Hari/Tanggal : Jumat/ 26 Januari 2018

Tema / Sub Tema : Profesi/ Pedagang
Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Indikator	Rencana Penilaian	
					Teknik	Hasil Penilaian
Anak terbiasa menghargai diri sendiri	NAM 1.2 Menghargai diri sendiri	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris di halaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Baby Shark & Penguin Rol kabel	Anak terbiasa menghargai diri sendiri		
Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis	FM 3.3,4.3 Koordinasi mata & tangan, kelenturan jari-jari tangan Kog. 3.5,4.5 Memecahkan masalah secara tepat, berpikir kritis, logis	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Menghafal Surat Al-Ma'un - Diskusi tentang pedagang	Buku gambar macam-macam pedagang	Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis		
Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya	Bahasa 3.11,4.11 Mengungkapkan keinginannya, menceritakan kembali	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Menghubungkan gambar dengan tulisan - Mencontoh / menebalkan tulisan yang dijual pedagang (Bakso, Soto, Sayuran, Sate, dll)	Lembar LKS Buku bergambar, pensil	Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya		

		- Meronce gambar buah-buahan	Macam-macam buah			
Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri	Sosial Emosional 2.5 Sikap percaya diri	IV. Evaluasi (09.30 – 09.45 WIB) - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri		
Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni	Seni 3.15,4.15 Membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni gambar, lukis suara, musik, karya tangan lainnya	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan, - cuci tangan	Alat permainan <i>indoor</i> dan <i>outdoor</i>	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni		
Anak dapat menghafal Asmaul Husna	AIK Menghafal Asmaul Husna	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Makan bekal, berbagi makan dengan teman - Menghafal Asmaul Husna - Menginformasikan kegiatan esok hari - Berdoa pulang salam	Makanan dan minuman	Anak dapat menghafal Asmaul Husna		

Mengetahui



Kepala TK
Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 26 Januari 2018

Guru Kelas

Mu'inah, S.Pd.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN**

Semester/Bulan/Minggu : II/Januari/ IV
Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
Hari/Tanggal : Selasa/ 30 Januari 2018

Tema / Sub Tema : Profesi/ Polisi
Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Indikator	Rencana Penilaian	
					Teknik	Hasil Penilaian
Anak terbiasa menghargai diri sendiri	NAM 1.2 Menghargai diri sendiri	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris dihalaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Baby Shark & Pinguin Rol kabel	Anak terbiasa menghargai diri sendiri		
Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis	FM 3.3,4.3 Koordinasi mata & tangan, kelenturan jari-jari tangan Kog. 3.5,4.5 Memecahkan masalah secara tepat, berpikir kritis, logis	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Menghafal doa berpergian dan artinya - Diskusi tentang Polisi	Gambar Polisi	Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis		
Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya	Bahasa 3.11,4.11 Mengungkapkan keinginannya, menceritakan kembali	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Menarik garis sesuai alat/perlengkapan dengan pekerjaannya - Menyusun huruf menjadi kata "Polisi" - Menggantung gambar "Polisi"	LKS, Kartu kata Gambar, gunting, lem, buku tempel	Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya		

Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri	Sosial Emosional 2.5 Sikap percaya diri	IV. Evaluasi (09.30 – 09.45 WIB) - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri		
Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni	Seni 3.15,4.15 Membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni gambar, lukis suara, musik, karya tangan lainnya	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan, - cuci tangan	Alat permainan indoor dan outdoor	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni		
Anak dapat menghafal Asmaul Husna	AIK Menghafal Asmaul Husna	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Makan bekal, berbagi makan dengan teman - Tepuk Came Jasa - Maju mempraktekkan tepuk Came Jasa - Diskusi kegiatan sehari - Menginformasikan kegiatan esok hari - Berdoa pulang salam	Makanan dan minuman	Anak dapat menghafal Asmaul Husna		

Mengetahui



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 30 Januari 2018

Guru Kelas

Mu'inah, S.Pd.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN**

Semester/Bulan/Minggu : II/Januari/ V
Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
Hari/Tanggal : Selasa/ 31 Januari 2018

Tema / Sub Tema : Profesi/ Nelayan
Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Indikator	Rencana Penilaian	
					Teknik	Hasil Penilaian
Anak terbiasa menghargai diri sendiri	NAM 1.2 Menghargai diri sendiri	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris di halaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Sehat Gembira & Baby Shark Rol kabel	Anak terbiasa menghargai diri sendiri		
Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis	FM 3,3,4.3 Koordinasi mata & tangan, kelenturan jari-jari tangan Kog. 3.5,4.5 Memecahkan masalah secara tepat, berpikir kritis, logis	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Menghafal bacaan sholat / Tahiyatul Awal - Diskusi tentang Nelayan	Gambar Nelayan	Anak dapat melakukan koordinasi mata dan tangan Anak dapat memecahkan masalah dengan logis		
Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa	Bahasa 3.11,4.11 Mengungkapkan keinginannya, menceritakan kembali	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Mengisi pola gambar perahu dengan bentuk ■●▲ - Mengurutkan gambar ikan dari kecil ke besar dengan memberi angka	LKS, lem, Pensil, buku tempel	Anak dapat menceritakan kembali, dapat menceritakan apa yang sudah dilakukannya		

yang sudah dilakukannya		- Mengucap syair "Nelayan"				
Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri	Sosial Emosional 2.5 Sikap percaya diri	IV. Evaluasi (09.30 – 09.45 WIB) - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat menyelesaikan tugas dengan percaya diri		
Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni	Seni 3.15,4.15 Membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni gambar, lukis suara, musik, karya tangan lainnya	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan, cuci tangan	Alat permainan <i>indoor</i> dan <i>outdoor</i>	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni		
Anak dapat menghafal Asmaul Husna	AIK Menghafal Asmaul Husna	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Makan bekal, berbagi makan dengan teman - Menyanyi "Nelayan" - Diskusi kegiatan sehari - Menginformasikan kegiatan esok hari - Berdoa pulang salam	Makanan dan minuman	Anak dapat menghafal Asmaul Husna		

Mengetahui

Kepala TK



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 31 Januari 2018

Guru Kelas

Mu'inah, S.Pd.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN**

Semester/Bulan/Minggu : II/Februari/ VI
 Tema / Sub Tema : Rekreasi/ Pantai
 Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
 Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun
 Hari/Tanggal : Selasa/ 6 Februari 2018

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Rencana Penilaian		
				Indikator	Teknik	Hasil Penilaian
Anak terbiasa menghargai diri sendiri	NAM 1.2 Menghargai diri sendiri dan lingkungan	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris di halaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Sehat Gembira & Baby Shark Rol kabel	Anak terbiasa menghargai diri sendiri dan lingkungannya		
Anak dapat mencerminkan hidup sehat Anak dapat menyelesaikan masalah sehari-hari dengan kreatif	FM 2.1 Pola Makan Sehat (Waktu makan, gizi seimbang) Kog 3.5-4.5 Memecahkan masalah secara tepat, berpikir kritis, logis, memiliki kemampuan analisis.	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Hafalan doa berpergian - Diskusi tentang pantai	Gambar Pantai	Anak dapat membuang sampah pada tempatnya Anak dapat menyelesaikan masalah sehari-hari dengan kreatif		
Anak dapat memiliki perilaku rendah hati	Bahasa 2.10 Sikap santun dengan orang lain, bersikap sopan, berbicara santun, menghormati	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Maze ke pantai bugel - Memberi tanda V gambar anak yang sayang binatang - Mewarnai gambar pantai	LKA, pensil, pewarna, Buku gambar	Anak dapat berperilaku sopan dan santun kepada orang lain		

	orang yang lebih tua, menyayangi sesame	- Menghargai hasil karya teman mewarnai gambar pantai				
Anak dapat menghargai hasil karya orang lain	Sosial Emosional 2.10 Sikap mengapresiasi hasil karya orang lain	IV. Evaluasi (09.30 – 09.45 WIB) - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat menghargai karya orang lain		
Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni	Seni 3.15,4.15 Membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni gambar, lukis suara, musik, karya tangan lainnya	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan - cuci tangan	Alat permainan indoor dan outdoor	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni		
Anak dapat menghafal Asmaul Husna	AIK Menghafal Asmaul Husna	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Makan bekal, berbagi makan dengan teman - Diskusi kegiatan sehari - Menginformasikan kegiatan esok hari - Berdoa pulang salam	Makanan dan minuman	Anak dapat menghafal Asmaul Husna		



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 6 Februari 2018

Guru Kelas

Mu'inah, S.Pd.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN**

Semester/Bulan/Minggu : II/Februari/VI
 Tema / Sub Tema : Rekreasi/ Kraton Yogyakarta
 Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
 Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun
 Hari/Tanggal : Kamis/ 8 Februari 2018

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Rencana Penilaian		
				Indikator	Teknik	Hasil Penilaian
Anak menghargai lingkungan sekitar	NAM 1.2 Memelihara makhluk hidup yang ada disekitar	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris dihalaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Sehat Gembira & Pinguin Rol kabel	Anak terbiasa menghargai diri sendiri dan lingkungannya		
Anak dapat mengetahui cara hidup sehat Anak dapat memiliki perilaku rendah hati	FM 3.4-4.4 Menjaga keselamatan diri dan melindungi anggota tubuh Bahasa 2.14 Sikap sopan santun kepada orang lain	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Hafalan do'a naik kendaraan - Diskusi tentang Kraton Yogyakarta	Gambar Kraton Yogyakarta	Anak dapat membuang sampah pada tempatnya Anak dapat berperilaku sopan dan santun kepada orang lain		
Anak dapat berkreasi dengan benda disekitarnya	Kog 3.6-4.6 Berkreasi dengan benda (objek 2 dimensi, 3 dimensi)	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Menjodohkan gambar yang ada di Kraton dengan tulisannya - Kolase gambar Kolam pemandian yang ada di dalam Kraton Yogyakarta	LKA, pensil, pewarna, Buku gambar	Anak dapat menyelesaikan masalah sehari-hari dengan kreatif		

		- Menggambar Kraton Yogyakarta dan mewarnainya				
Anak dapat mandiri	Sosial Emosional 2.8 Sikap mandiri, melakukan aktivitas harian secara mandiri	IV. Evaluasi - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat bersikap mandiri		
Anak mengenal / membuat hasil karya	Seni 3.15-4.15 Visual : Garis, bentuk, warna, tekstur, ruang (menggambar, melukis, dll)	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan - cuci tangan	Alat permainan <i>indoor</i> dan <i>outdoor</i>	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni		
Anak hafal doa menjenguk orang sakit	AIK Doa menjenguk orang sakit	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Do'a sebelum makan - Makan bekal - Doa sesudah makan bekal - Menginformasikan kegiatan hari esok - Berdoa salam	Makanan dan minuman	Anak dapat menghafal doa menjenguk orang yang sedang sakit		

Mengetahui



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 8 Februari 2018

Guru Kelas

Mu'inah, S.Pd.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)
TK ABA SUNGAPAN**

Semester/Bulan/Minggu : II/Februari/VI
Strategi Pembelajaran : Model Kelompok Dengan Kegiatan Pengaman
Hari/Tanggal : Kamis/ 10 Februari 2018

Tema / Sub Tema : Rekreasi/ Gunung
Kelompok Usia : B / 5-6 Tahun

Tujuan	Materi / Muatan Pembelajaran	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran	Alat dan Bahan	Penilaian		
				Rencana Penilaian		
				Indikator	Teknik	Hasil Penilaian
Anak melakukan kegiatan ibadah sehari-hari	NAM 4.1 Berdoa sebelum dan sesudah melakukan kegiatan	I. Kegiatan Awal (07.30 – 07.45 WIB) - Berbaris di halaman, mengucapkan ikrar - Senam Irama - Toilet training	Kamera Speaker Musik Senam Sehat Gembira & Pinguin Rol kabel	Anak terbiasa melakukan kegiatan ibadah sehari-hari		
Anak dapat mengetahui cara hidup sehat	FM 3.4-4.4 Menjaga keselamatan diri dan melindungi anggota tubuh	II. Pembukaan (07.45 – 08.30 WIB) - Salam - Duduk melingkar, berdoa sebelum belajar - Mengabsen dan menanyakan kabar anak - Hafalan naik kendaraan - Tanya jawab tata tertib saat di Gunung	Gambar Gunung	Anak dapat membuang sampah pada tempatnya		
Anak dapat berkreasi dengan benda disekitarnya	Kog. 3.6-4.6 Berkreasi dengan benda di sekitarnya	III. Kegiatan Inti (08.30 – 09.30 WIB) - Menjodohkan benda yang ada di Gunung sesuai bentuknya, - Meniru tulisan “gunung merapi”	LKA, pensil, pewarna,	Anak dapat berkreasi dengan benda di sekitarnya		

Anak dapat mengenal keaksaraan awal	Bahasa 3.12-4.12 Coretan bermakna menyerupai huruf / angka	- Memberi tanda √ benda yang dipakai saat dipergunung - Membuat bentuk gunung dengan plastisin	Buku gambar, plastisin	Anak dapat berperilaku sopan dan santun kepada orang lain		
Anak dapat mandiri	Sosial Emosional 2.8 Sikap mandiri, melakukan aktivitas harian secara mandiri	IV. Evaluasi - Mengembalikan alat yang digunakan - Tanya jawab tentang pengalaman main - Diskusi perilaku yang muncul saat main baik yang positif maupun negatif	Anak langsung	Anak dapat bersikap mandiri		
Anak mengenal / membuat hasil karya	Seni 3.15-4.15 Visual : Garis, bentuk, warna, tekstur, ruang (menggambar, melukis, dll)	V. Istirahat (09.45 – 10.10 WIB) - Bermain bebas terarah didalam maupun diluar ruangan - cuci tangan	Alat permainan <i>indoor</i> dan <i>outdoor</i>	Anak dapat rnengungkapkan kebutuhan dirinya		
Anak hafal hadist	AIK Hadist keindahan	VI. Penutup (10.10 – 10.30 WIB) - Do'a sebelum makan - Makan bekal - Doa sesudah makan bekal - Menginformasikan kegiatan hari esok - Berdoa salam	Makanan dan minuman	Anak dapat membuat berbagai hasil karya dan aktivitas seni Anak dapat menghafal hadist keindahan		

Mengetahui

Kepala TK



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.

Galur, 10 Februari 2018

Guru Kelas

Mu'inah, S.Pd.

Lampiran 2. Validasi Instrumen

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,
Dra. Sudaryanti, M.Pd.
Dosen Prodi PG PAUD
di Fakultas Ilmu Pendidikan

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

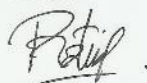
Nama : Pahlita Ratri Ramadhani
NIM : 14111244019
Program Studi : PG PAUD
Judul TA : Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak
Kelompok B Melalui Senam Irama di TK ABA Sungapan
Tirtorahayu Galur Kulon Progo

dengan hormat mohon Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya melampirkan: (1) proposal TA, (2) kisi-kisi instrumen penelitian TA, dan (3) draf instrumen penelitian TA.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/ Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 9 Januari 2018


Pemohon,



Pahlita Ratri Ramadhani
NIM. 14111244019


Mengetahui,

Ketua Jurusan PAUD



Joko Pamungkas, M.Pd
NIP. 19770821 200501 1 001

Dosen Pembimbing



Dra. Sudaryanti, M.Pd.
NIP. 196007051987032001

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dra. Sudaryanti, M.Pd.
NIP : 196007051987032001
Jurusan : PAUD

Menyatakan bahwa instrumen penelitian atas nama mahasiswa:

Nama : Pahlita Ratri Ramadhani
NIM : 14111244019
Program Studi : PG PAUD
Judul TA : Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar
Anak Kelompok B Melalui Senam Irama di TK ABA
Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian
 Layak digunakan dengan perbaikan
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/ perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 9 Januari 2018

Validator,



Dra. Sudaryanti, M.Pd.
NIP. 196007051987032001

Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA

Nama : Pahlita Ratri Ramadhani
NIM : 14111244019
Judul TA : Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak
Kelompok B Melalui Senam Irama di TK ABA Sungapan
Tirtorahayu Galur Kulon Progo

No.	Variabel	Saran/ Tanggapan
1	Keisi dan Rubrik ins trumen penelitian	Keisi dan Rubrik instrumen ditambah lagi untuk menjadi ke indikator
	Komentar Umum/ Lain-lain:	

Yogyakarta, 9 Januari 2018
Validator,

Dra. Sudaryanti, M.Pd
NIP. 196007051987032001

Lampiran 3. Rekapitulasi Hasil Penelitian Tindakan

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Senin/ 15 Januari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.				V				V				V
2.	Dwi R.				V				V				V
3.	Haqsa M.				V				V				V
4.	Nizar D.				V				V				V
5.	Nilam L.				V				V				V
6.	Sofia Q.			V				V					V
7.	Miftah Zein				V				V				V
8.	Avika C.			V				V					V
9.	Atha S.				V				V				V
10.	Dimas W.				V				V				V
11.	Rahma A.				V				V				V
12.	Zian Bara P.				V				V				V
13.	Listi N.				V				V				V
Jumlah Skor Per Indikator		15				15				13			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		28,85%				28,85%				25%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		27,57%											
Kriteria Keberhasilan		Sedang											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Senin/ 22 Januari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.			V				V				V	
2.	Dwi R.			V				V				V	
3.	Haqsa M.			V				V				V	
4.	Nizar D.												
5.	Nilam L.			V				V				V	
6.	Sofia Q.			V				V				V	
7.	Miftah Zein				V				V				V
8.	Avika C.			V				V				V	
9.	Atha S.				V				V				V
10.	Dimas W.				V				V				V
11.	Rahma A.			V				V				V	
12.	Zian Bara P.				V				V				V
13.	Listi N.			V				V					V
Jumlah Skor Per Indikator		20				20				19			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		41,67%				41,67%				39,58%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		40,97%											
Kriteria Keberhasilan		Sedang											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Rabu/ 24 Januari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.		V				V				V		
2.	Dwi R.			V				V				V	
3.	Haqsa M.			V				V				V	
4.	Nizar D.				V				V				V
5.	Nilam L.			V				V				V	
6.	Sofia Q.		V				V					v	
7.	Miftah Zein				V				V				V
8.	Avika C.			V				V				V	
9.	Atha S.			V				V				V	
10.	Dimas W.			V				V				V	
11.	Rahma A.			V				V				V	
12.	Zian Bara P.												
13.	Listi N.			V				V				V	
Jumlah Skor Per Indikator		24				24				23			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		50%				50%				47,92%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		49,31%											
Kriteria Keberhasilan		Sedang											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Jumat/ 26 Januari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.		V				V				V		
2.	Dwi R.			V			V				V		
3.	Haqsa M.		V					V			V		
4.	Nizar D.				V				V				V
5.	Nilam L.		V				V				V		
6.	Sofia Q.		V				V					V	
7. Miftah Zein													
8.	Avika C.			V				V				V	
9.	Atha S.			V				V				V	
10.	Dimas W.			V				V					V
11.	Rahma A.		V					V				V	
12.	Zian Bara P.				V				V				V
13. Listi N.													
Jumlah Skor Per Indikator		25				24				23			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		56,82%				54,55%				52,27%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		54,55%											
Kriteria Keberhasilan		Tinggi											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Selasa/ 30 Januari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.		V				V				V		
2.	Dwi R.		V				V					V	
3.	Haqsa M.		V					V			V		
4.	Nizar D.			V				V				V	
5.	Nilam L.		V				V				V		
6.	Sofia Q.		V				V				V		
7.	Miftah Zein			V				V				V	
8.	Avika C.		V				V				V		
9.	Atha S.			V				V				V	
10.	Dimas W.				V				V				V
11.	Rahma A.		V				V				V		
12. Zian Bara P.													
13.	Listi N.			V			V					V	
Jumlah Skor Per Indikator		30				30				29			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		62,50%				62,50%				60,42%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		61,81%											
Kriteria Keberhasilan		Tinggi											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Rabu/ 31 Januari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				Kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.		V				V				V		
2.	Dwi R.		V				V				V		
3.	Haqsa M.		V				V				V		
4.	Nizar D.	V					V				V		
5.	Nilam L.		V				V				V		
6.	Sofia Q.		V				V				V		
7. Miftah Zein													
8.	Avika C.		V				V				V		
9.	Atha S.			V				V				V	
10.	Dimas W.				V				V				V
11.	Rahma A.		V				V				V		
12. Zian Bara P.													
13.	Listi N.		V				V				V		
Jumlah Skor Per Indikator		31				30				30			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		70,45%				68,18%				68,18%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		68,94%											
Kriteria Keberhasilan		Tinggi											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Selasa/ 6 Februari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.	V				V				V			
2.	Dwi R.		V				V				V		
3.	Haqsa M.		V				V				V		
4.	Nizar D.												
5.	Nilam L.		V				V				V		
6.	Sofia Q.	V				V				V			
7.	Miftah Zein		V				V				V		
8.	Avika C.		V				V				V		
9.	Atha S.		V				V					V	
10.	Dimas W.												
11.	Rahma A.												
12.	Zian Bara P.				V				V				V
13.	Listi N.		V				V				V		
Jumlah Skor Per Indikator		30				29				29			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		75%				72,50%				72,50%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		73,33%											
Kriteria Keberhasilan		Tinggi											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Kamis/ 8 Februari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.	V				V				V			
2.	Dwi R.		V				V				V		
3.	Haqsa M.		V				V				V		
4.	Nizar D.												
5.	Nilam L.	V				V				V			
6.	Sofia Q.	V				V				V			
7.	Miftah Zein		V				V				V		
8.	Avika C.		V				V				V		
9.	Atha S.			V				V				V	
10.	Dimas W.												
11.	Rahma A.		V				V				V		
12.	Zian Bara P.												
13.	Listi N.	V					V				V		
Jumlah Skor Per Indikator		33				32				32			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		82,50%				80%				80%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		80,83%											
Kriteria Keberhasilan		Sangat Tinggi											

Lembar Observasi (Checklist) Keterampilan Motorik Kasar

Hari/ tgl: Sabtu/ 10 Februari 2018

No.	Nama	Indikator											
		Kelenturan				Keseimbangan				kelincahan			
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.	Bagas P.	V				V				V			
2.	Dwi R.	V				V					V		
3.	Haqsa M.		V				V				V		
4.	Nizar D.												
5.	Nilam L.	V				V				V			
6.	Sofia Q.	V				V				V			
7.	Miftah Zein		V				V				V		
8.	Avika C.	V				V				V			
9.	Atha S.		V				V				V		
10.	Dimas W.			V				V				V	
11.	Rahma A.	V				V				V			
12.	Zian Bara P.		V				V				V		
13.	Listi N.	V				V				V			
Jumlah Skor Per Indikator		42				42				41			
Persentase Skor Rata-rata Per Indikator (%)		87,50%				87,50%				85,42%			
Skor Rata-rata Indikator (%)		86,81%											
Kriteria Keberhasilan		Sangat Tinggi											

Lampiran 4. Irama Dan Gerakan Senam

IRAMA DAN GERAKAN SENAM

Senam Sehat Gembira	Gerakan
Siap, berdiri yang tegak Siap, kita ambil jarak	Posisi badan siap dan berdiri dengan tegak Tangan kanan lurus ke depan badan
Rentangkan tangan kayak kapal terbang Terbang ke kanan, terbang ke kiri Rentangkan tangan kayak kapal terbang Terbang ke kanan, terbang ke kiri	Merentangkan kedua tangan Kedua tangan direntangkan diikuti dengan gerakan memutar badan ke kanan dan ke kiri
Ayo berbaris, baris yang rapi Memberi hormat, selamat pagi Ayo berbaris, baris yang rapi Supaya sehat, kita senam pagi	Gerakan jalan di tempat diikuti dengan gerakan kedua tangan
Ayo tepuk tangan, ayo tepuk tangan Ayo senam sehat gembira Ayo tepuk tangan, ayo tepuk tangan Ayo senam sehat gembira	Gerakan jalan di tempat diikuti dengan gerakan tepuk tangan
Jalan di tempat, jalan di tempat Olahraga biar badan sehat Jalan di tempat, jalan di tempat Badan sehat, penuh semangat	Gerakan jalan di tempat diikuti dengan gerakan kedua tangan

<p>Tangan di pinggang sambil tengok kanan</p> <p>Tangan di pinggang sambil tengok kiri</p> <p>Tangan di pinggang sambil tengok kanan</p> <p>Tangan di pinggang sambil tengok kiri</p>	<p>Tangan di pinggang, jalan di tempat, kepala menoleh ke kanan dan ke kiri</p>
<p>Tengkleng ke kanan, tengkleng ke kiri</p> <p>Tengkleng ke kanan dan ke kiri</p> <p>Tengkleng ke kanan, tengkleng ke kiri</p> <p>Tengkleng ke kanan dan ke kiri</p>	<p>Tangan di pinggang, jalan di tempat, kepala di tengklengkan ke kanan dan ke kiri</p>
<p>Lihat ke atas, lihat ujung kaki</p> <p>Lihat ke atas, lihat ujung kaki</p> <p>Lihat ke langit, lihat ujung kaki</p> <p>Lihat ke langit, kita siap lagi</p>	<p>Tangan di pinggang, jalan di tempat, kepala digerakkan ke atas dan ke bawah</p>
<p>Bumi itu bulat, bulat besar sekali</p> <p>Bulan juga bulat, bulat besar sekali</p> <p>Bumi itu bulat, bulat besar sekali</p> <p>Bulan juga bulat bersinar malam hari</p>	<p>Kedua tangan digerakkan memutar seperti menggambar lingkaran, kaki bergeser ke kanan dan ke kiri</p>
<p>Goyang, goyang, goyang, ke kanan ke kiri</p> <p>Goyang, goyang, goyang, ke kanan dan ke kiri</p> <p>Goyang, goyang, goyang, ke kanan ke kiri</p> <p>Goyang, goyang, goyang, aduh asyik sekali</p>	<p>Tangan dikepalkan di depan dada, kaki dibuka selebar bahu, tangan dan badan memutar ke kanan dan ke kiri dengan tumpuan kedua kaki</p>

Kepala pundak, lutut dan kaki, pinggul digoyang, bertepuk tangan	Gerakan kedua tangan memegang kepala, pundak, lutut, dan kaki
Kepala pundak, lutut dan kaki, pinggul digoyang, bertepuk tangan	Tangan di pinggang sambil menggoyangkan pinggul kemudian bertepuk tangan
Kepala pundak, lutut dan kaki, pinggul digoyang, bertepuk tangan	
Kepala pundak, lutut dan kaki, pinggul digoyang, bertepuk tangan	
Ayo.. Senam Sehat Gembira..!!! Yo, ayo senam sehat gembira Sehatkan jiwa, sehatkan raga Yo, ayo senam sehat gembira Kita gembira bersama-sama	Kedua tangan mengepal di depan badan, kemudian digerakkan ke atas dan ke bawah diikuti dengan gerakan kaki bergantian kanan dan kiri
Da da da.. dada dada dada.. lambai-lambai tangan Da da da.. dada dada dada.. pakai dua tangan Da da da.. dada dada dada.. lambai-lambai tangan Da da da.. dada dada dada.. tangan kanan yang sopan	Satu tangan melambai-lambai dan satu tangan di pingging, gerakan kaki dan badan bergeser ke kanan dan ke kiri Dua tangan melambai-lambai dan satu tangan di pingging, gerakan kaki dan badan bergeser ke kanan dan ke kiri
Lompat (lompat).. ya ya ya ya Ya.. ya ya ya ya ya ya	Gerakan lompat dan bertepuk tangan

Lompat (lompat).. ya ya ya ya	
Mobil mogok didorong Dorong ke depan, dorong ke atas, dorong ke samping dorong ke bawah Dorong ke depan, dorong ke atas, dorong ke samping dorong ke bawah Dorong ke depan, dorong ke atas, dorong ke samping dorong ke bawah Dorong ke depan, dorong ke atas, dorong ke samping dorong ke bawah	Kedua tangan bergerak berurutan ke depan, ke atas, ke samping, dan ke bawah seperti mendorong Kedua kaki bergantian bergerak seperti melangkah
1, 2, 3, dan 4.. Ayo senam biar badan sehat 5, 6, 7, 8 bebek berenang jalan ke depan	Gerakan badan seperti memompa dengan membuka lebar kedua kaki dan gerakan kedua tangan ke atas sambil bertepuk tangan dan ke bawah seperti memompa, badan agak dibungkukkan
Bebeknya berenang, berenang wek...wek.. bebeknya berjalan, jalannya megal megol Bebeknya berenang, berenang wek...wek.. bebeknya berjalan, jalannya megal megol Bebeknya berenang, berenang wek...wek.. bebeknya berjalan, jalannya megal megol	Kedua lengan ditekuk di damping badan seperti sayap bebek, maju ke depan sambil mengepakkan lengan seperti bebek. Kemudian berjalan mundur dengan kedua tangan di pinggag dan gerakan pantat megal megol

<p>Bebeknya berenang, berenang wek...wek.. bebeknya berjalan, jalannya megal megol</p>	
<p>Lompat (lompat).. ya ya ya ya Ya.. ya ya ya ya ya ya Lompat (lompat).. ya ya ya ya</p>	<p>Gerakan lompat dan bertepuk tangan</p>
<p>Kelinci melompat lompat Kelinci melompat ke kanan dan ke kiri, kelinci melompat ke sana dan ke mari Kelinci melompat ke kanan dan ke kiri, kelinci melompat ke sana dan ke mari Kelinci melompat ke kanan dan ke kiri, kelinci melompat ke sana dan ke mari Kelinci melompat ke kanan dan ke kiri, kelinci melompat ke sana dan ke mari</p>	<p>Gerakan melompat dengan kedua tangan di atas kepala membentuk seperti telinga kelinci, bergerak ke kanan dan ke kiri</p>
<p>Yo, ayo senam sehat gembira Sehatkan jiwa, sehatkan raga Yo, ayo senam sehat gembira Kita gembira bersama-sama Hore sehat, hore kuat.. hore sehat, hore hore yes... Hore sehat, hore kuat.. hore sehat, hore hore yes...</p>	<p>Kedua tangan mengepal di depan badan, kemudian digerakkan ke atas dan ke bawah diikuti dengan gerakan kaki bergantian kanan dan kiri Kedua tangan mengepal di depan badan, kemudian digerakkan ke atas dan ke bawah diikuti dengan gerakan kaki bergantian kanan dan</p>

<p>Hore sehat, hore kuat.. hore sehat, hore hore yes...</p> <p>Hore sehat, hore kuat.. hore sehat, hore hore yes...</p>	<p>kiri, saat irama “hore-hore yes” tangan ke atas dengan penuh semangat dan kembali seperti gerakan semula</p>
<p>(Hai teman-teman, lihatlah banyak kupu-kupu terbang di taman.. terbangnya pelan sekali teman-teman.. ikutin yuk..)</p> <p>Ada kupu-kupu terbang pelan sekali, ada kupu-kupu indah berwarna-warni</p> <p>Ada kupu-kupu terbang pelan sekali, ada kupu-kupu ikut bersenam pagi</p> <p>Ada kupu-kupu terbang pelan sekali, ada kupu-kupu indah berwarna-warni</p> <p>Ada kupu-kupu terbang pelan sekali, ada kupu-kupu ikut bersenam pagi</p>	<p>Kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua tangan direntangkan kemudian bergerak seperti kupu-kupu yang sedang terbang. Gerakan kaki mengikuti ke kanan dan ke kiri kemudian menyilang</p>
<p>Langit yang tinggi.. lautan yang luas..</p> <p>Alamnya yang indah semua ciptaan Tuhan</p> <p>Langit yang tinggi.. lautan yang luas..</p> <p>Alamnya yang indah negeriku Indonesia</p>	<p>Kedua kaki rapat, kedua tangan di depan badan diangkat ke atas, kaki jinjit sambil mengambil nafas dan mengeluarkan nafas</p>

Baby Shark	Gerakan
Baby shark doo doo, doo doo doo doo Baby shark doo doo, doo doo doo doo Baby shark doo doo, doo doo doo doo Baby shark	Berjalan di tempat diikuti dengan gerakan jari tangan membuka dan menutup bergantian kanan dan kiri
Mummy shark doo doo, doo doo doo doo Mummy shark doo doo, doo doo doo doo Mummy shark doo doo, doo doo doo doo Mummy shark	Berjalan di tempat diikuti dengan gerakan kedua telapak tangan digabung membuka dan menutup ke kanan dan ke kiri
Daddy shark doo doo, doo doo doo doo Daddy shark doo doo, doo doo doo doo Daddy shark doo doo, doo doo doo doo Daddy shark	Berjalan di tempat diikuti dengan gerakan bertepuk tangan membuka dan menutup dengan lebar ke kanan dan ke kiri
Grandma shark doo doo, doo doo doo doo Grandma shark doo doo, doo doo doo doo Grandma shark doo doo, doo doo doo doo Grandma shark	Berjalan di tempat diikuti dengan gerakan kedua telapak tangan dikepalkan membuka dan menutup ke kanan dan ke kiri
Grandpa shark doo doo, doo doo doo doo Grandpa shark doo doo, doo doo doo doo Grandpa shark doo doo, doo doo doo doo Grandpa shark	Berjalan di tempat diikuti dengan gerakan kedua tangan mengepal membuka dan menutup dengan lebar ke kanan dan ke kiri

<p>Let's go hunt doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Let's go hunt doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Let's go hunt doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Let's go hunt</p>	<p>Kedua tangan di atas kepala, gerakan kaki ke kanan dan ke kiri diikuti gerakan tangan dan badan</p>
<p>Run away doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Run away doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Run away doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Run away</p>	<p>Berlari di tempat diikuti gerakan kedua tangan</p>
<p>Safe at last doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Safe at last doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Safe at last doo doo, doo doo doo doo</p> <p>Safe at last</p>	<p>Berjalan di tempat, kedua tangan seperti mengelap keringat bergantian sambil mengatur nafas</p>
<p>It's the end doo doo, doo doo doo doo</p> <p>It's the end doo doo, doo doo doo doo</p> <p>It's the end doo doo, doo doo doo doo</p> <p>It's the end</p>	<p>Kedua kaki dan kedua tangan digerakkan secara bersamaan</p>

Kalau Kau Senang Hati	Gerakan
<p>Kalau kau senang hati tepuk tangan</p> <p>Kalau kau senang hati tepuk tangan</p> <p>Kalau kau senang hati mari kita lakukan</p> <p>Kalau kau senang hati tepuk tangan</p>	<p>Bernyanyi sambil tepuk tangan</p>

Kalau kau senang hati hentak kaki Kalau kau senang hati hentak kaki Kalau kau senang hati mari kita lakukan Kalau kau senang hati hentak kaki	Bernyanyi dan bertepuk tangan kemudian menghentakkan kaki
Kalau kau senang hati sorak hore Kalau kau senang hati sorak hore Kalau kau senang hati mari kita lakukan Kalau kau senang hati sorak hore	Bernyanyi dan bertepuk tangan kemudian bersorak
Kalau kau senang hati ayo lompat Kalau kau senang hati ayo lompat Kalau kau senang hati mari kita lakukan Kalau kau senang hati ayo lompat	Bernyanyi dan bertepuk tangan kemudian melompat-lompat

Naik Delman	Gerakan
Pada hari minggu ku turut ayah ke kota	Berjalan di tempat, kedua tangan membentuk setengah lingkaran di depan badan
Naik delman istimewa ku duduk di muka Ku duduk samping pak kusir yang sedang bekerja	Berjalan di tempat, kedua tangan dilipat di depan dada

Mengendarai kuda supaya baik jalannya	Berjalan di tempat, kedua tangan ditekuk dan diluruskan bergantian kanan dan kiri
Tuk tik tak tik tuk tik tak tik tuk Tuk tik tak tik tuk tik tak tik tuk Tuk tik tak tik tuk tik tak tik tuk Suara sepatu kuda	Berjalan di tempat, kedua tangan di atas kepala seperti telinga kuda, badan bergerak ke kanan dan ke kiri

Lampiran 5. Foto Observasi

DOKUMENTASI



Senam saat Pratindakan



Pengkondisian sebelum kegiatan senam



Gerak dan lagu sebelum kegiatan senam



Gerakan senam menirukan kapal terbang



Gerakan kepala menengok ke kanan dan ke kiri



Gerakan menirukan bebek berjalan



Gerakan lompat seperti kelinci



Gerakan jinjit dengan kedua tangan ke atas



Gerakan meniru mulut Ikan Hiu



Gerakan lari di tempat



Gerakan meniru Pinguin



Gerakan mengangkat satu kaki bergantian

Lampiran 6. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 540611, Fax (0274) 540611
Laman: fip.uny.ac.id E-mail: humas_fip@uny.ac.id

Nomor : 62/UN34.11/DT/Pen/2018
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

11 Januari 2018

Yth. Kepala TK ABA Sungapan
Sungapan, Galur, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Pahlita Ratri Ramadhani
NIM : 14111244019
Program Studi : Pend. Guru Paud - S1
Judul Tugas Akhir : Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B Melalui Senam Irama di TK ABA Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Waktu Penelitian : 15 Januari - 28 Februari 2018

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan



Dr. Haryanto, M.Pd.
NID. 19600902 198702 1 001

Tembusan :
1. Sub. Bagian Pendidikan dan Kemahasiswaan ;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

**TAMAN KANAK-KANAK AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL
SUNGAPAN TIRTORAHAYU GALUR KULON PROGO**

Alamat: Sungapan, Tirtorahayu, Galur, Kulon Progo, Yogyakarta, 55661

SURAT KETERANGAN

Nomor: 07/TKABASNG/II/2018

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Endang Sri Wahyuni, S.Pd.
Jabatan : Kepala TK ABA Sungapan Tirtorahayu

Menerangkan bahwa:

Nama : Pahlita Ratri Ramadhani
NIM : 14111244019
Prodi : PG-PAUD
Jurusan : Pendidikan Anak Usia Dini
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Mahasiswa di atas telah melaksanakan penelitian di TK ABA Sungapan dalam rangka menyusun Tugas Akhir Skripsi dengan judul "UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK KELOMPOK B MELALUI SENAM IRAMA DI TK ABA SUNGAPAN TIRTORAHAYU GALUR KULON PROGO".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kulon Progo, 28 Februari 2018
Kepala TK ABA Sungapan,



Endang Sri Wahyuni, S.Pd.